الرياضة للجميع
الفلسفة والتطبيق

أ.د/ محمد محمد الحماحمي
أستاذ الترويح الرياضي

مركز الكتاب للنشر



رقم الإيداع ١٣٣١٢/١٩٩٧

الترقيم الدولي I.S.B.N.

977-5215-96-X





مصر الجديدة: ٢١ شارع الخليفة المأمون – القاهرة

ت: ٢٩٠٨٢٠٣-٢٩٠٦٢٥٠-فاكس: ٢٩٠٦٢٥٠

مدينة نصر: ٧١ شارع ابن النفيس – المنطقة السادسة – ت: ٢٧٢٣٣٩٨

إهداء

إلى كل طفل وكل شاب وكل كبار السن وكل معاق متمنيا لهم موفور الصحة واللياقة البدنية والسعادة من خلال ممارستهم لمناشط الرياضة للجميع التى تتفق وميولهم واستعداداتهم وقدراتهم. متمنيا لهم أن يكون لديهم الدافع لممارسة الرياضة مدى الحياة وذلك للاستمتاع بحياتهم فى مختلف مراحلهم العمرية.

إلى كل هؤلاء الأعزاء أهدى كتابى هذا لعله يكون هديا لهم فى تعميق مفهوم وأهمية الرياضة للجميع فى تنمية الشخصية الإنسانية وفى تنمية المجتمع.



مقدمة

ان الرياضة للجميع قد أصبحت تشكل فى كل دولة من دول العالم شكلا للترويح المفضل لدى الأفراد فى المراحل العمرية المختلفة. كما أنها أصبحت تمثل فى المجتمع العصرى نظاما تربويا واجتماعيا بغرض تنمية المواطنين والمجتمع، وذلك لدورها الحيوى فى تحقيق مستوى أفضل لممارسيها فى مجالات اللياقة البدنية وتطوير الصحة وتحقيق السعادة وتأخير أعراض ومظاهر الشيخوخة، إلى جانب الرقى بالمجتمع وزيادة فعالية انتاجه.

فالرياضة للجميع تعد ظاهرة اجتماعية ترتبط بالعديد من النظم الاقتصادية والسياسية والتربوية فى الدولة، وتتأثر بفلسفة المجتمع وبالمناخ الاقتصادى وبالطريقة التى يمارس بها الفرد والجماعات حياتهم، وكذلك بالكيفية التى يقضى بها هؤلاء الأفراد أوقات فراغهم واستمتاعهم بالحياة.

ولذا فالرياضة للجميع تُعد ظاهرة معاصرة تهتم بالصحة وبالحالة البدنية للفرد وبطريقته فى الحياة وبالدفاع عن ذاته ضد متغيرات المجتمع التقنى، وتتضمن اتاحة الفرصة للجميع لممارسة مناشطها الحركية المختلفة بحرية كاملة وفقا لميولهم ودوافعهم واستعدادتهم وقدراتهم، ودون وضع أية اعتبارات للسن أو للجنس أو للعنصر أو للديانة أو للمستوى المهارى أو للمستوى التعليمى والثقافى أو للمستوى الاجتماعى والاقتصادى، وذلك بهدف تحقيق حياة أفضل للفرد.

ولقد أدت متغيرات الحياة العصرية إلى زيادة الطلب على الرياضة للجميع، فالتطور الاجتماعى والتقدم العلمى والتقنى والزيادة المتنامية لوقت

الفراغ والرغبة فى زيادة معدلات الإنتاج والأمراض العصرية المرتبطة بالبدانة والقلب والتوتر النفسى والتوتر العصبى . . . قد أدت إلى اهتمام الدول بتوفير فرص ممارسة النشاط الرياضى لجميع مواطنيها، وزيادة حماس الأفراد والجماعات لممارسة المناشط البدنية. ولذا فقد أصبحت حاجة الفرد للاستمتاع بروح اللعب وممارسة المناشط الحركية من الحاجات الأساسية فى وقتنا الحاضر وذلك لمواجهة المتغيرات العصرية فى المجتمعات المتقدمة.

وبذلك أصبحت الرياضة للجميع تدخل فى إطار نسيج النظم الاجتماعية التى يتألف منها المجتمع. كما بدأ الاهتمام العالمى بحركتها يتزايد لمواجهة الزيادة المتنامية فى الإقبال على ممارسة مناشطها وأشكالها المختلفة. ولقد أدى هذا الاهتمام العالمى إلى صدور الميثاق الأوروبى للرياضة للجميع فى عام (١٩٧٥)، وإلى صدور الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة فى عام (١٩٧٨)، وإلى تكوين الاتحاد الدولى للرياضة للجميع فى ابريل (١٩٨٢)، وإلى تأسيس الاتحاد العربى للرياضة للجميع فى ديسمبر (١٩٩٢).

ولذا فإن هذا الكتاب يتناول بالدراسة العديد من الموضوعات المرتبطة بالرياضة للجميع وذلك لتعريف القارئ بفلسفة الرياضة للجميع من خلال توضيح لمفهومها ولأهدافها ولدوافع ممارسة مناشطها وكذلك لتعريفه بأهم أشكالها ومناشطها.

كما يتطرق الكتاب إلى عرض الاهتمام العالمى بالرياضة للجميع من خلال عرض تاريخى لتطور حركتها وبيان الاهتمام الدولى والعربى بالرياضة للجميع، وتوضيح لأهم التراكمات والتحديات التى تواجهها ووسائل الارتقاء بها، وذلك إلى جانب عرض لأهم الاهتمامات البحثية فى هذا المجال.

وكذلك أهتم الكتاب بابراز أهم الاهتمامات الأوروبية والعربية بالرياضة للجميع مشيرا إلى جهود العديد من تلك الدول فى دعم وتطوير حركتها.

ومن خلال الفصول الاربعة التى يتضمنها هذا الكتاب والتى تناولت فلسفة الرياضة للجميع، الأهتمام العالمى بالرياضة للجميع، اهتمامات بعض الدول الأوروبية بالرياضة للجميع، اهتمامات بعض الدول العربية بالرياضة للجميع، اسأل الله سبحانه وتعالى التوفيق فى عرض موضوعات هذا الكتاب وفى الأسهام فى تزويد المكتبة العربية بكتاب هى بحاجة إليه.

أ.د. محمد محمد الحماحمى

قائمة المحتويات

الموضوع	الصفحة

الموضوع	الصفحة

قائمة الجداول



الفصل الأول

فلسفة الرياضة للجميع

- مقدمة
- مفهوم الرياضة للجميع.
- أهداف الرياضة للجميع.
- دوافع ممارسة الرياضة للجميع.
- أشكال ومناشط الرياضة للجميع.
- المقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات.
- خاتمة.

الفصل الأول

فلسفة الرياضة للجميع

مقدمة

للنشاط الرياضى تاريخ ممتد وتقاليد ومبادئ ترجع إلى باكورة تاريخ الإنسان، فقد سجل تاريخ البشرية أن الإنسان الأول قد مارس ألوانا متعددة من النشاط الرياضى منذ أن وجد على بساط الحياة. ويشير وليم جيسى Williams Jessey إلى أن الألعاب الرياضية تعد هى التراث المشترك بين بنى الإنسان جميعا.

فقد عرف الإنسان دائما التمرينات البدنية، إذ أن جميع الثقافات قد عبرت عن الجمال الجسمانى من خلال العديد من آثارها المرسومة أو المنقوشة على جدران المعابد والمقابر منذ العصور القديمة، أو من خلال التماثيل التى تم نحتها، وذلك منذ زمن بعيد، وفى حضارات قديمة كالحضارة الفرعونية والحضارة الإغريقية والحضارة الرومانية.

وكذلك مارس الإنسان منذ بداية العصور العديد من أوجه النشاط الرياضى وقام بتطوير أساليب تنظيمها، وأصبح لتلك الأوجه من النشاط العديد من الأهداف التى تسعى إلى تحقيقها. كما أنه عندما بدأت الألعاب الرياضية تتبوأ مكانتها الاجتماعية وتحتل حيزا من وقت الفرد وتدخل فى إطار إعداده وتدريبه بشكل منظم، بدأ اشتراك الرياضيين فى الألعاب الأوليمبية فى دولة اليونان القديمة.

ويشير أتو سيميزك Otto Szymiczek إلى أن بيير دى كوبرتان Pierre De Coubertin ـ باعث الألعاب الأوليمبية الحديثة ـ كان يهدف من خلال أحيائه

للألعاب الأوليمبية* إلى لفت انتباه الحكومات إلى ضرورة إدراج برامج التربية البدنية والرياضة فى إطار خططها لخدمة وتربية الشباب.

كما أن جى سبيرسون Je Sperson قد أشار إلى أن دى كوبرتان كان يرى أن الرياضة تعد أداة ديناميكيه من خلال حرية الانضمام للممارسة والتقدم فى مستواها، وكذلك تعد أداة للديمقراطية، إذ أن نقطة الانطلاق لممارسة أوجه النشاط الرياضى متاحة لجميع الأفراد بالتساوى، وأنه يمكن لبعض الأفراد أن تتفوق وتصل إلى مستوى رياضة المنافسات العالية، مما يؤكد على أن الرياضة القمية ـ المنافسات العالية ـ ترتكز على وجود قاعدة عريضة من الممارسين.

وأكد كوبرتان فى خطابه فى افتتاح المؤتمر الأولمبى الأول فى براغ Prague وذلك فى عام (١٩٢٥) على أن روح الأولمبياد المتجددة سوف يكون له تأثير فى تربية الشباب، وأنه لايجب النظر إلى تلك الألعاب على أنها بطولات رياضية.

كما كتب فى مجلة لوزان: «أن روح الألعاب الأوليمبية تدعو لتربية بدنية واسعة المدى، متاحة للجميع، تسودها الشجاعة والرجولة وروح الفروسية وترتبط ارتباطا وثيقا بالأحداث الفنية والأدبية، وتقوم بدور الحافز لحياة الأمة والعمود الفقرى للحياة العامة».

فقد كان يرى أن الألعاب الأولمبية تعد مهرجانا عالميا للشباب، ولم ينظر إليها باعتبارها هدفا فى حد ذاته،وإنما اعتبرها وسيلة لتدعيم المثل العليا للرياضة والقيم الأولمبية التى يرتكز عليها مفهوم التربية.

ولذا أكد على أن أبرز الأهداف من إقامة الألعاب الأوليمبية Les Jeux Olymiques فى العصر الحديث هى:

- تقريب الإنسان من الإنسان وجمع الشباب فى جميع أنحاء العالم ليتعارفوا ويتحابوا ويتألفوا وليجدوا أنفسهم فى الأرض أمة واحدة.
- تأكيد مبادئ اللعب الشريف والروح الرياضية الصادقة التى يمكن تطبيقها فى مجالات أخرى للنشاط.

---

* عادت الألعاب الأوليمبية إلى الظهور لأول مرة فى العصر الحديث فى عام ١٨٩٦ ميلاديا وقد تم تنظيمها فى أثينا.

- نشر مبدأ أن تكون الرياضة من أجل السعادة والسرور، وليس من أجل الفوز.
- خلق الوئام الدولى والنوايا الحسنة مما يسهم فى إيجاد عالم أكثر سعادة وسلاما.

كما دعى دى كوبرتان إلى ضرورة مراعاة الأفكار الأولمبية التى تهتم وتنص على ما يلى:

- المساهمة فى تكوين عالم أفضل يسوده السلام.
- لا علاقة بين المشاركة فى الألعاب الأولمبية وكل من الدين أو العنصر أو المذهب السياسى.
- احترام القانون والمنافس فى ضوء مبادئ اللعب النظيف Fair-Play.
- التأكيد على المشاركة فى الألعاب الأوليمبية وليس التأكيد على الفوز، لأن الأساس فى الحياة هو الكفاح والتنافس الجيد وليس بالضرورة تحقيق الفوز.
- تحقيق الأهداف التربوية من خلال الحركة أو النشاط.
- الاهتمام بالرياضة للجميع لانتقاء الأبطال الرياضيين، حيث أن فكرة إحياء الألعاب الأولمبية قامت على ممارسة الجماهير للنشاط الرياضى وتنظيم المنافسات على المستوى العالمى.

وبذلك أضفى كوبرتان على الرياضة فلسفة إنسانية شاملة ومبدأ أخلاقيا تعليميا جديدا ومجالا اجتماعيا ثقافيا عالميا.

ولقد عرفت الرياضة للجميع فى شكلها الحديث forme moderne من خلال الدول الأوروبية الشمالية، وبوجه خاص فى جمهورية ألمانيا الاتحادية ـ سابقا ـ حيث أعلنت فى اليوم السادس من نوفمبر ١٩٥٩ عن حملتها الأولىPremière campagne تحت شعار (Zweiter weg) (La deuxiéme voie) وهو ما يعرف بالطريق الثانى، وهو طريق آخر يختلف عن طريق

الرياضة التقليدية Sport traditionnel حيث يهدف فى المقام الأول إلى الترويح والاسترخاء، وكذلك البعد عن التنظيمات والقواعد التقليدية لرياضة المنافسات العالية وعن قوانين اللعب المرتبطة بها.

ويشير بيير سوران Pierre Seurin إلى أنه يمكنه التأكيد على أن الرياضة للجميع قد أصبحت واقعا محسوسا فى العديد من الدول التى قام بزيارتها ودراسة الرياضة للجميع بها، وذلك كما فى السويد، وألمانيا، وكندا، وفرنسا والولايات المتحدة الأمريكية، وانجلترا، واسبانيا، والدانمارك، وفنلندا، وهولندا، وبلجيكا، واستراليا، والبرازيل، والمكسيك، واليابان، والاتحاد السوفيتى، وبولونيا، وتشيكوسلوفاكيا، وفى غيرها من الدول. كما يرى أن الحرص على الفوز فى إطار الألعاب الأولمبية أو الفخر بتحقيق البطولات قد أصبح لدى العديد من مواطنى هذه الدول أمرا ثانويا بالمقارنة مع الرغبة الخالصة لممارسة الرياضة والشعور بالارتياح والاسترخاء العصبى بعد عملية ممارسة مناشطها.

ويشير كذلك جون بيير سواسون Jean-Pierre Soisson إلى أن الرياضة للجميع تعمل على تنمية كل فرد أيا كان عمره من خلال مشاركته فى المناشط الرياضية، كما تعمل على تحقيق السعادة له فى حياته.

وتؤكد مارى تريز Marie- Thérèse أن الرياضة للجميع تسعى إلى تحقيق الفرد اللائق بدنيا واللائق عقليا وكذلك الاسهام فى تحقيق السعادة له.

ومن جانب أخر يرى برنارد جيليه Bernard Gillet أن الرياضة للجميع قد أصبحت تشكل فى كل بلد من بلدان العالم شكلا للترويح المفضل لدى الشباب ولدى الجماعات، كما أنها تمثل فى المجتمع العصرى نظاما discipline تربويا يعمل على تكوين وتنمية شخصية الممارسين لأوجه مناشطها وتنمية سماتهم الخلقية، إلى جانب أنها قد أصبحت من الوسائل الهامة للمجتمع فى تجديد طاقة أفراده وفى إيقاظ روح التنافس بينهم.

ويعتقد بيير سوران Pierre Seurin أن الرياضة للجميع تعمل على تغيير المدركات والمفاهيم Conceptions وتعديل السلوكيات الاجتماعية، وكذلك تعمل على إثراء عملية التفاعل المتبادل بين كل من النظرية والتطبيق العملى لحركتها. كما أنها تعمل على ترويج الرياضة ونشرها بين الجميع لتصبح بالفعل رياضة لجميع الأفراد، وحتى تصبح أرقى أنواع الرياضة.

وكذلك أشار راءول شفاليه Raoul Chevalier إلى أن مؤتمرات الرياضة للجميع والتى عقدت فى كل من مدن فرنكفورت (١٩٨٦) وبراغ (١٩٨٨) وفنلندا (١٩٩٠) قد دعت جميعها إلى تركيز التضامن والتنسيق والاتصال بين دول العالم فيما يختص بحركة الرياضة للجميع وإلى ضرورة الاهتمام بنشر الألعاب الشعبية Les jeux populaires وإلى أهمية دعوة وسائل الاتصال الجماهيرى لتأدية دورها فى هذا المجال.

وبوجه عام فإن الرياضة للجميع قد أصبحت تمثل فى المجتمع المعاصر نظاما disicipline تربويا يعمل على تكوين وتنمية شخصية الممارسين لمناشطها وتنمية سماتهم الخلقية إلى جانب انها أصبحت من الوسائل الهامة للمجتمع فى تطويره والارتقاء به.

ولذا فإن ليفى Levy يؤيد ما جاء فى تقرير منظمة الأمم المتحدة (O.N.U) عن حركة الرياضة للجميع من كونها سوف تصبح فى عام (٢٠٠٠) أهم الحركات فى المجتمع وانه سوف يطلق على هذا المجتمع «مجتمع الموجه الثالثة»* La société du troisième onde

مفهوم الرياضة للجميع

يرى فرنكو انيشينى Franco Anichini أن ممارسة النشاط الرياضى قد أصبحت تشكل عنصرا أساسيا ومشتركا فى التراث الثقافى للدول. وتؤكد تيريزا ولانسكا Teresa Walanska على أن الرياضة للجميع فى العصر الحديث

* Third Wave

قد أصبحت حركة واعية ومعبرة عن الاهتمام بالصحة une expression d'un souci de la santé وعن الاهتمام بالحالة البدنية.

كما أن فكرة وحركة الرياضة للجميع Le Mouvement du Sport pour Tous ليست مستحدثه بالرغم من أنها لم تنمو ولم تنتشر عالميا إلا منذ سنوات قريبة حيث أن المفهوم الخاطئ عنها قد عاق تقدمها فى البداية أو أدى إلى تقدمها ببطء.

ولقد تعددت الاراء حول مفهوم الرياضة للجميع وذلك للتباين فى الفلسفات التى يتبناها المهتمين بها ولاختلاف السياسات التى تتبناها المنظمات والهيئات والمؤسسات والجمعيات الأهلية والدولية المنوطة بمسئولية دعمها ولاختلاف الفكر والعقائد السائدة فى المجتمعات. وفيما يلى سوف يتم استعراض العديد من مفاهيم الرياضة للجميع والتى تعبر عن فكر المهتمين بها والهيئات أو المنظمات الدولية التى تدعم حركتها على المستوى القومى أو الدولى أو العالمى.

يرى برنارد بارى Bernard Paris أن الرياضة للجميع تعد حالة عقلية état d' esprit، طريقة للحياة façon de vivre، الرياضة وفقا لحرية كاملة sport en liberté totale.

ويشير بيير سوران Pierre Seurin إلى أن الرياضة للجميع هى تلك الحركة التى تشكل الفكر والاتجاهات التربوية وتعدل من السلوك الاجتماعى لممارسى مناشطها، وتثرى فكرة دفع الفرد إلى إشباع ميوله وحاجته للحركة، وتعمل على تدعيم تلك الفكرة فى وجدان المواطنين.

ووفقا لرأى ايف انجلوز Yves Anglos فإن الرياضة للجميع هى رابطة بين شعوب العالم، وإن ممارسة مناشطها ليست حكرا على الموهوبين وحدهم، بل مكفولة لجميع المراحل العمرية ولذوى القدرات والميول المختلفة، فى جو تسوده المودة وروح التعاون والتشارك الاجتماعى، وذلك لما لها من فوائد تعود على الجميع من الجوانب الصحية والاجتماعية والترويحية.

ويشير على المنصورى إلى أن الرياضة للجميع تعنى ممارسة جميع أفراد الشعب على اختلاف اعمارهم وجنسهم للمناشط البدنية والرياضة، وفقا لظروف كل فرد وطبقا لقدراته وإمكاناته، فى جو من الديمقراطية يسوده الفرح والسعادة، قصد تحقيق النمو المنتظم والمتكامل للجميع. كما يرى أنها وليدة حاجة الإنسان الماسة للنشاط البدنى فى الحضارة القائمة وفى الحضارة المستقبلية، ووليدة حاجته إلى العودة إلى الطبيعة والعودة إلى البساطة والحياة الطبيعية.

وكذلك يرى جون أندرويز John Andrews أن الرياضة للجميع تعنى توفير واتاحة فرص الرياضة لكل مواطن دون التقيد بالسن أو بالجنس أو بالعنصر أو بالجنسية أو بالدين أو بمستوى الاداء، سواء كان الاداء ماهرا أو فى مستوى البطولة أو كان مستوى الاداء مبتدأ. كما انها تشتمل على أشكال ومستويات لمناشط رياضة المعاقين.

ويؤكد عبدالوهاب شاهد على أن الرياضة للجميع تعد مؤشرا signe للنمو ومؤشرا عن عجز رياضة المنافسات فى إشباع حاجات المجتمع الحديث societé moderne، ومن جانب آخر تعد وسيلة معبرة عن حاجة الفرد للدفاع عن ذاته فى مواجهة متغيرات التقدم التقنى، كما أنها تعد طريقة للبحث عن حياة أفضل للجميع.

ووفقا لرأى روبرت ديكر Robert Decker فان الرياضة للجميع هى تلك الرياضة التى أصبحت تمثل فى العصر الحديث جزءا متكاملا من النظام اليومى من حياة الجماهير العريضة، وتتضمن ثلاثة مجالات واسعة من المناشط تختلف فى أشكالها ودوافع ممارستها وهى:

- الألعاب والرياضات المؤسسة على قواعد وقوانين اللعب، المنافسات، الاحتراف، الرياضة الاستعراضية.
- المناشط الرياضية لوقت الفراغ والترويح والاسترخاء.
- مناشط تطوير الصحة وتنمية الحالة البدنية للجميع.

ويشير بلحسن الاسود Belhassen- Lassoued إلى أن الدراسات والبحوث العلمية المقدمة فى العديد من المؤتمرات والندوات واللقاءات فى مجال الرياضة للجميع وذلك على الصعيدين العربى والدولى، قد عرفت الرياضة للجميع على النحو التالى:

- التمارين البدنية والألعاب الرياضية المكفولة لجميع المواطنين فى كافة المراحل العمرية.
- رياضة وقت الفراغ والترويح التى يتم ممارسة أوجه مناشطها فى جو تسودة الصداقة والمحبة بين الممارسين.
- رياضة تتميز بالطابع الاجتماعى وتقرب الأفراد من بعضهم وتسهم فى تكوين جماعات اللعب.
- رياضة للوقاية من الأمراض ومن مخاطر الحياة العصرية.
- رياضة تتخذ الشكل والإطار الثقافى وتربط الجسم بالعقل أو بالروح وذلك من جانب والفرد والمجتمع من جانب آخر.

ومن زاوية أخرى يرى فرناند لاندرى Fernand Landry أن الرياضة للجميع تعد ظاهرة اجتماعية ترتبط بالنظم الاقتصادية والاجتماعية والسياسية والتربوية فى الدولة، وأنها تتأثر بفلسفة المجتمع، وبالمناخ الاقتصادى، وبالطريقة التى يمارس بها الأفراد أعمالهم، وبالكيفية التى يقضى بها هؤلاء الأفراد أوقات فراغهم واستمتاعهم بالحياة.

ويشير الميثاق* الأوروبى للرياضة للجميع إلى أن الرياضة للجميع هى تلك الحركة التى تتيح الفرصة للجميع من الجنسين ومن مختلف المراحل العمرية للمحافظة على القدرات البدنية والنفسية اللازمة للبقاء أو للحياة ولوقاية الجنس البشرى L' espèce humaine من التدهور، وذلك من خلال

* La Charte Européenne du Sport pour Tous

ممارسة مناشطها. وتشتمل على مناشط اللعب والهواء الطلق (الخلاء) والتمرينات البدنية، كما تتضمن الألعاب والرياضات التنافسية، بما يعنى أن مصطلح Terme الرياضة للجميع يغطى فى مفهومه جميع أنواع ومستويات المناشط البدنية.

وفى الندوة العربية الأولى للرياضة للجميع والتى أقيمت فى مدينة دبى بدولة الأمارات العربية المتحدة فى الفترة من ٥-٨/١١/ ١٩٨٠ عُرفت الرياضة للجميع بأنها هى رياضة لكل أفراد الشعب دون استثناء وعلى اختلاف أعمارهم وجنسهم، وطبقا لظروف كل فرد ووفقا لقدراته وإمكاناته، وذلك بهدف حفظ وتحسين الصحة، واستثمار أوقات الفراغ، ودعم مقاومة الإنسان لمتاعب الحياة الحديثة، وإثراء العلاقات الاجتماعية للحياة. كما أنها تشمل كافة المناشط البدنية والرياضية البناءة والخالية من التعصب والإثارة والمغالاة، بعيدا عن التحيز والمتاجرة وحياة الاحتراف، وأنها واجبة على الجميع وتمارس كهواية خالصة من الزمان والمكان، وتتيح الطريق أمام ذوى المواهب والاستعدادات لتنمية مواهبهم وقدراتهم إلى أقصى حد تسمح به إمكاناتهم.

وفى الندوة العربية الثانية للرياضة للجميع والتى أقيمت فى مدينة الدوحة بدولة قطر فى الفترة من ٢٢-٢٤/١١/١٩٨١ تم التأكيد على أن الرياضة للجميع هى ضرورة حتمية لكل مواطن ينشد السعادة ويسعى للحفاظ على رشاقته وقوته وسلامة صحته ليكون عنصرا نافعا فى مجتمعه.

كما أقُر فى الندوة العربية الثالثة للرياضة للجميع التى أقيمت فى مدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية فى الفترة من ١٠-١٢/١٢/١٩٨٢ التعريف التالى للرياضة للجميع: «إتاحة الفرص لكل فرد ليمارس بدافع من ذاته قدرا من النشاط الحركى حسب رغبته وحاجاته وفى حدود قدراته».

ويعُرف المجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية الرياضة للجميع بأنها «إتاحة الفرصة لكل مواطن ليمارس قدرا من النشاط الحركى حسب إمكاناته وقدراته وميوله ورغباته فى إطار السياسة العامة للدولة وفى إطار عادات وتقاليد المجتمع، وبما يعود عليه بالاتزان النفسى والاجتماعى».

وتشير وزارة* الشباب والرياضة والفراغ فى فرنسا إلى أن الرياضة للجميع هى عملية التكامل intégration بين المناشط البدنية والحياة اليومية، حيث تعتمد الرياضة للجميع على الحركة mouvement والتى يختلف مفهومها وشكلها من فرد لأخر، فقد يتم التعبير عنها من خلال الذهاب إلى العمل سيرا على الأقدام أو من خلال عدم استخدام المصاعد والسلالم المتحركة، أو من خلال ممارسة المناشط الرياضية بحرية كاملة.

ومن جانبه يرى محمد الحماحمى أن مفهوم الرياضة للجميع يجب أن يتحدد فى كونها: احدى الظواهر الاجتماعية المعاصرة التى تهتم بالصحة وبالحالة البدنية للفرد وبطريقته فى الحياة وبالدفاع عن ذاته ضد متغيرات المجتمع التقنى، وتتضمن إتاحة الفرصة للجميع لممارسة مناشطها الحركية باشكالها المختلفة بحرية كاملة، ووفقا لميولهم ودوافعهم واستعداداتهم وقدراتهم، ودون وضع أية اعتبارات للسن أو للجنس أو للعنصر أو للديانة أو للمستوى المهارى أو للمستوى التعليمى والثقافى أو للمستوى الاجتماعى والاقتصادى، وذلك بهدف تحقيق حياة أفضل للفرد.

كما يرى الحماحمى أن أهم الخصائص التى تتميز بها الرياضة للجميع، هى الخصائص التالية:

- تهيئة الفرص للنشاط الحركى: وذلك بإتاحة الفرص للجميع للمشاركة فى مناشطها وبرامجها وفقا لمبدأ وشعار «ليصبح كل فرد فى رياضة ولتصبح هناك رياضة لكل فرد» وذلك من خلال توفير المنشآت والتجهيزات المناسبة لممارسة النشاط، وإعداد برامج النشاط وبما يتفق

* Ministère de la Jeunesse, des Sports, et des Loisirs

وحاجات وخصائص المشاركين فيها وفقا للظروف الاجتماعية والاقتصادية والثقافية والمناخية السائدة فى المجتمع، وكذلك من خلال توفير القيادات المتخصصة فى المجال.

- الإيجابية: وذلك يتحقق من خلال إقبال الأفراد على ممارسة مناشطها وعدم الاقتصار على المشاهدة حتى تتحقق الفائدة الوظيفية من المشاركة فى تلك الأوجه من النشاط.
- المساواة: حيث تتيح الرياضة للجميع حرية المشاركة فى مناشطها لجميع المراحل العمرية، ولجميع الأجناس، ولجميع المستويات الصحية، ولجميع المستويات الثقافية والاجتماعية والاقتصادية، ولجميع المستويات المهارية... باعتبار ذلك حق لجميع المواطنين.
- الحرية أو الاختيارية: وذلك يتحقق من خلال اختيار الفرد بدافع ذاتى منه المشاركة فى مناشطها واختياره لنوع ومستوى النشاط الذى يرغب فى ممارسته وفقا لميوله واستعداداته وقدراته وحالته الصحية ومستوى لياقته البدنية.
- تنوع مستويات الممارسة: حيث تتيح الرياضة للجميع للأفراد فرصة المشاركة فى العديد من مستوياتها، وذلك كالمشاركة فى النشاط غير التنافسى الذى يتميز بالأداء الماهر أو بالأداء الحركى أو المهارى ذات المستوى المبتدئ، أو المشاركة فى المناشط التنافسية والتى تتطلب مستوى أداء متميز يتفق مع مستوى رياضة المنافسات العالية أو رياضة البطولة، كما تتضمن الرياضة للجميع العديد من المستويات التى تتفق مع حاجات المعاقين وكبار السن والمرضى.
- الدفاع والوقاية: تعُد الرياضة للجميع ظاهرة اجتماعية معاصرة تتولى عملية الدفاع عن الفرد من متغيرات المجتمع التقنى والتى من أهمها نقص الحركة والبدانة وزيادة وقت الفراغ غير المستثمر والتلوث البيئى وكذلك وقايته من العديد من الأمراض العصرية المرتبطة بأمراض

القلب والدورة الدموية والمرتبطة بالأمراض النفسية الناتجة عن تلك المتغيرات، ولذا فان الرياضة للجميع تسهم فى تحقيق الوقاية من تلك الأمراض للممارسين لمناشطها.

- التفاؤل: تؤدى المشاركة الإيجابية فى مناشط الرياضة للجميع إلى تحقيق السعادة وإلى تنمية وتطوير صحة الفرد وزيادة انتاجه، مما يبعث فيه روح التفاؤل، كما تثرى حياته، ومن ثم تؤدى إلى حياة أفضل له.
- الكشف عن الموهوبين: تعُد الرياضة للجميع هى القاعدة الأساسية التى ترتكز عليها عملية الكشف عن الموهوبين فى مختلف الألعاب والرياضات، حيث تتم عملية الانتقاء الرياضى من بين الآف المشاركين فى مناشطها المختلفة، ومن ثم العمل على إعدادهم للمشاركة فى مستويات البطولة.

أهداف الرياضة للجميع

تشير تريزا ولانسكا Teresa Walanska إلى أن الأصول والمبادئ العلمية التى ترتكز عليها الرياضة للجميع والمستمدة من المعرفة المتخصصة فى نظم الرياضة وتأثيراتها البيولوجية والصحية والتربوية والاجتماعية على الفرد الممارس لأوجه مناشطها، قد أدت إلى حدوث تغير change فى اتجاهات المسئولين عن ادارة الرياضة للجميع وفى نظرتهم إلى مناشطها وإلى أهداف برامجها.

ولقد تعددت الآراء حول أهداف الرياضة للجميع وحول أهميتها النسبية، كما تباينت فى أهميتها وفقا لفلسفة المهتمين بها ووفقا لفلسفات ولسياسات المجتمعات، ووفقا لنظمها التربوية والثقافية. كما أن اختلاف تلك الآراء قد يرجع إلى عدم التحديد الواضح لأطر ولمجالات تلك الاهداف، وإلى تعدد مفاهيم الرياضة للجميع. وفيما يلى سوف نقوم بعرض لأهم الآراء التى تهدف إلى تحديد أهداف الرياضة للجميع.

يرى فرنكو أنيشيني Franco Anichini أن أهم أهداف وفوائد ممارسة مناشط الرياضة للجميع، تتحدد فيما يلى:

- تكوين الشخصية المتكاملة للفرد.
- التعرف على الجسم connaître son corps وتنمية قدراته النفسحركية Psychomotrice.
- تنمية الصحة واللياقة البدنية.
- التغلب على ظاهرة نقص أو قلة الحركة التى فرضتها الحياة الحديثة La vie moderne.
- إستثمار أوقات الفراغ والترويح عن الذات.
- الحد من الآثار السلبية للتوتر النفسى عضوى stress psycholophysique.
- تحسين نوعية الحياة amélioration de le qualité de la vie والاحساس بالأمان.
- مواجهة المشكلات اليومية الحياتية.
- زيادة الكفاءة الإنتاجية للعاملين فى المؤسسات الإنتاجية وللعاملين فى المجتمع.
- إشباع الحاجة إلى العودة للطبيعة.
- توطيد العلاقات بين الأفراد interpersonnelles.
- إشباع الحاجة للألتقاء أو للتواجد مع الآخرين se trouver avec d'autres individus من ذوى الميول أو الاهتمام المشتركة.

ويشير عبدالوهاب الشاهد إلى أن الرياضة للجميع تسهم فى تحقيق العديد من الأهداف المرتبطة بالتنمية فى العديد من جوانب النمو، كالجانب البدنى والجانب الاجتماعى والجانب الاقتصادى، وأن أهم تلك الأهداف ما يلى:

- تحسين نوعية الحياة وزيادة الإنتاج.

- إستثمار أوقات الفراغ والترويح عن الذات.
- التفاؤل وزيادة الأمل فى الحياة.
- التنمية البدنية والفسيولوجية للفرد.
- الإقلال من فرص الإصابة بأمراض القلب والأوعية الدموية.
- الوقاية من الأمراض النفسية والعصبية.
- الابتعاد عن البدانة والاحتفاظ بالقوام الرشيق.
- فهم أفضل للبيئة المحيطة للفرد.
- التعبير عن الذات من خلال النشاط.
- تكوين علاقات وصداقات مع الأخرين.
- زيادة المشاركة الاجتماعية والإنسانية من قبل الفرد.

وكذلك ترى تريزا ولانسكا Teresa Wolanska أن للرياضة للجميع العديد من الأهداف التى تسعى إلى تحقيقها، والتى من أهمها:

- تعويض نقص الحركة البدنية للفرد والناتج عن التقدم التقنى الذى لحق بهذا العصر، مما أدى إلى تقليص حركة الإنسان.
- التخلص من الوزن الزائد أو البدانة التى تنتج عن الأفراط فى تناول الطعام والنقص فى الحركة البدنية.
- تحسين وتطوير الحالة الصحية للفرد.
- الترويح عن النفس والتخلص من التوتر العصبى.

كما تشير تريزا إلى أن للرياضة للجميع مغزى اجتماعى يمكن توضيحه من خلال نقطتين رئيسيتين وهما:

- الرياضة للجميع كقيمة ذاتية: وذلك باعتبارها عنصرا عالميا élement universel فى المساهمة فى تنمية الشخصية وتحسين نوعية الحياة la qualité de vie.

- الرياضة للجميع كقيمة أدائية: وذلك باعتبارها دعما لقوى الفرد ولتنمية حالته البدنية، مما يوفر أساسا لتطوير أداء الفرد المهنى والاجتماعى.

أما على المنصورى فإنه يحدد أهداف الرياضة للجميع فى أهم الأهداف التالية: تحسين صحة الفرد وتطويرها، الترويح عن النفس، نشر الثقافة الرياضية، زيادة الإنتاج، تطوير اللياقة البدنية للفرد، إثراء العلاقات الاجتماعية بين الأفراد، زيادة القدرة على الدفاع عن الوطن، تنمية الموهوبين رياضيا وتطوير مستواهم لأعلى مستوى ادائى.

ويرى بيير سوران Pierre Seurin أن من أهم أهداف الرياضة للجميع، مايلى:

- الترويح عن النفس فى أوقات الفراغ.
- تنمية الحالة البدنية والصحية للفرد وفقا لما تسمح به قدراته وفى حدود عوامل الأمان والسلامة، إذ يجب على الفرد أن يتوقف عن ممارسة النشاط إذا ما انتابه الإحساس بالإرهاق أو الإجهاد أو الإحساس بأنه قد يتعرض لبعض المخاوف أو الأضرار الفسيولوجية أو الصحية أو عندما يفقد الرغبة فى الاستمرار فى ممارسة النشاط.
- تحقيق النجاح والتفوق فى تجربته، على أن لا يكون ذلك على حساب حالته الصحية، وألا يحقق هذا النجاح أو التفوق بأى ثمن Mais pas à tout prix، فالفوز أو التنافس هما دوافع ثانوية لديه نحو ممارسة النشاط الرياضى.
- اشباع الميل للحركة أو للعب أو للنشاط.
- تحقيق السعادة فى الحياة.
- الإسهام فى الناحية البيولوجية فى تحقيق مايلى وفقا لمراحل النمو التالية:

- تطوير الحالة البدنية (مرحلة الشباب).
- المحافظة على الحالة البدنية (مرحلة متوسطى العمر).
- مقاومة الإنهيار البدنى (مرحلة الشيخوخة).

ويشير بلحسن الاسود Belhassen- Lassoued إلى أنه من خلال الخبرة الحياتية والخبرة اليومية ونتائج الدراسات والبحوث العلمية التى تمت على الصعيدين العربى والدولى، قد توصل إلى الأهداف التالية للرياضة للجميع:

- تحقيق حالة من التوازن والعمل الجيد لأجهزة الجسم الحيوية والثقة confiance فى قواه.
- زيادة مقاومة الجسم للمجهود البدنى وللأمراض.
- تحقيق النمو البدنى الطبيعى والمساهمة فى التنمية المورفولوجية croissance morphologique.
- تشكيل الاستعدادات الحركية aptitudes motrices التى يحتاج إليها الفرد فى حياته اليومية وذلك كالمشى والجرى والتسلق والقفز والوثب.
- تنمية العناصر البدنية الأساسية كالقدرة والسرعة والقوة والجلد.
- اكتساب العادات الشخصية المرتبطة بالجانب الصحى والجانب الاجتماعى.
- الوقاية والتصحيح لبعض الإنحرافات البدنية للقوام déformations physiques.
- تنمية الرغبة والكفاءة للعمل وزيادة الإنتاج.

بينما قام عبدالرحمن سيار من خلال دراسة للإطار المرجعى النظرى الخاص بأهداف الرياضة للجميع فى الدول المتقدمة والنامية، ومن خلال تحليل لآراء المتخصصين والمهتمين بمجال التربية البدنية والرياضة، وكذلك من خلال تحليل لآراء الخبراء والقيادات والممارسين لأوجه المناشط الرياضية، ومن خلال

نتائج دراسة علمية* له عن وضع استراتيجية للرياضة للجميع بدولة البحرين، بتحديد أهداف الرياضة للجميع وذلك على النحو التالى:

- الأهداف الصحية واللياقة البدنية: وتتضمن الأهداف التالية: تنمية الصحة الشخصية، اكتساب اللياقة البدنية، المحافظة على الوزن المناسب، اكتساب القوام المعتدل.
- الأهداف الاجتماعية: وتشمل الأهداف التالية: تدعيم العلاقات الاجتماعية، تدعيم القيم الأخلاقية، إشباع الهواية الرياضية، إشباع الدافع للمنافسة.
- الأهداف النفسية: وترتبط بالأهداف التالية: التخلص من التوتر العصبى، إتاحة الفرصة للتعبير عن النفس، الاسترخاء، قهر حياة الركود المتولدة من سيطرة الميكنة على الحياة المعاصرة.
- الأهداف الثقافية: وتشمل على الأهداف التالية: تنمية المعلومات والمعارف عن الثقافة الرياضية،استثمار أوقات الفراغ، إتاحة الفرصة للابتكار والإبداع.
- الأهداف الجمالية: وتحتوى على الأهداف التالية: تنمية القيم الجمالية، الاستمتاع بالطبيعة.

وفى الندوة العربية الثالثة للرياضة للجميع والتى أقيمت فى الفترة من ١٠ـ١٢/١٢/١٩٨٢ بمدينة الرياض بالمملكة العربية السعودية، تم إقرار الأهداف التالية للرياضة للجميع:

- تلبية الحد الأدنى على الأقل من حاجة الجسم للحركة وللنشاط البدنى.

---

* للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية من جامعة حلوان ـ كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، باشراف الاستاذ كمال الدين عبدالرحمن درويش، والمناقشة الدكتور عبدالمنعم عمارة وزير الشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية، الاستاذ الدكتور محمد محمد الحماحمى.

- مواجهة التأثيرات الضارة الناجمة عن طابع الحياة الحديثة والوقاية من أمراض العصر.
- النهوض بمستوى القدرات البدنية للفرد ومن كفاءته الوظيفية، وبما يخدم رفع معدلات الإنتاج.
- تحقيق التوازن النفسى والاجتماعى للفرد.
- إعداد وتعبئة الطاقات البشرية فى الوطن العربى للدفاع عن الأرض العربية وحماية مقدساتها.

ويرى محمد الحماحمى من خلال دراسة* علمية له أن الرياضة للجميع تسهم فى التأثير الإيجابى على العديد من جوانب الفرد، كما تهدف إلى وقايته من متغيرات المدنية الحديثة وإلى زيادة مردوده الإنتاجى، ولذا فإنه قد قام بتحديد أهدافها وفقا لما هو موضح بالتصنيف التالى والمرتبط بطبيعة الأهداف:

أولا: الأهداف الصحية: وهى الأهداف المرتبطة بوجه عام بصحة الممارس بانتظام لمناشطها، وتتضمن الاهداف التالية:

- تطوير الحالة الصحية للفرد.
- تنمية للعادات الصحية المرغوبة.
- الوقاية والإقلال من فرص التعرض للإصابة بأمراض القلب والدورة الدموية.
- زيادة المناعة الطبيعية للجسم ومقاومته للامراض.
- الحد من الآثار السلبية للتوتر النفسى وللقلق وللتوتر العصبى.

* دراسة مقدمة للمؤتمر العلمى التاسع «الرياضة وتحديات القرن الواحد والعشرين» الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة فى الفترة من ٢٦ - ٢٨ مارس ١٩٩٧، وموضوعها: «دراسة تحليلية للرياضة للجميع فى ضوء اطارها الفلسفى والتطبيقى».

- التغذية الجيدة والمناسبة وفقا لنوع الجهد المبذول فى ممارسة النشاط.
- المحافظة على الوزن المناسب للجسم.

ثانيا: الأهداف البدنية: وتشمل الأهداف التى تهتم بالحالة البدنية للممارس بانتظام لمناشطها، وهى:
- تنمية اللياقة البدنية.
- تجديد نشاط وحيوية الجسم.
- المحافظة على الحالة البدنية الجيدة.
- الاحتفاظ بالقوام الرشيق.
- الوقاية من بعض انحرافات القوام.
- تصحيح بعض انحرافات القوام.
- الاسترخاء العضلى والعصبى.
- مقاومة الانهيار البدنى فى سن الشيخوخة.

ثالثا: الأهداف المهارية: وهى الأهداف المرتبطة بتعليم وتنمية المهارات الحركية بوجه عام، وتشمل أهم الأهداف التالية:
- تنمية الحس الحركى منذ الصغر.
- تعليم المهارات الحركية للألعاب وللرياضات المختلفة منذ الصغر.
- تعليم المناشط الحركية التى تتميز ممارستها بطابع الاستمرارية على مدى الحياة، وذلك كألعاب الريشة الطائرة (البادمنتون)، تنس الطاولة، كرة السرعة، المضرب الخشبى، وكرياضات السباحة والمشى والجرى والهرولة Jogging.
- تنمية المهارات الحركية للفرد.
- تعليم طرق أداء التمرينات الحديثة كالتمرينات الهوائية Aerobic أو

التمرينات الهوائية التى تؤدى من وضع الجلوس على المقعد Aero-bic Chair) لتتناسب مع حالة بعض المرضى أو المعاقين أو كبار السن.

- الارتقاء بمستوى أداء الموهوبين رياضيا.

رابعا: الأهداف التربوية: وهى تلك الأهداف التى تهتم بالفرد الممارس لناشطها من الجانب التربوى، وتتضمن أهم الأهداف التالية:

- تشكيل وتنمية الشخصية المتكاملة للفرد.
- تزويد الفرد بالعديد من الخبرات الحياتية.
- إستثمار أوقات الفراغ.
- تنمية الأحساس بحب الطبيعة وحياة الخلاء.
- التفاؤل والنظر إلى الحياة بنظرة طموحة للمستقبل.
- الارتقاء بسلوك الفرد.
- تنمية قوة الإرادة.
- التفوق على الذات.
- تنمية القيم الجمالية والتذوق الفنى.
- التعود على احترام مواعيد الممارسة للنشاط بين الأفراد وبعضهم، أو بين الجماعات وبعضها.

خامسا: الأهداف النفسية: وهى الأهداف التى تهتم بالفرد الممارس لناشطها من الجانب النفسى، وتحتوى على أهم الأهداف التالية:

- تنمية الرغبة واستثارة دافعية الفرد نحو ممارسة النشاط الحركى.
- تحقيق السعادة لحياة الفرد والترويح عن ذاته.
- إشباع الميل للحركة أو للعب أو لهواية الرياضة.

- التعبير عن الذات وتفريغ الانفعالات المكبوتة.
- الحد من التوتر النفسى والعصبى الناتج عن ظروف الحياة فى المجتمعات المعاصرة.
- تحقيق الاسترخاء والتوازن النفسى للفرد.
- تنمية مفهوم الذات.
- اشباع الدافع للمغامرة.
- اشباع الدافع للمنافسة.

سادسا: الأهداف الاجتماعية: وهى تلك الأهداف التى تهتم بالجانب الاجتماعى للفرد الممارس بانتظام لمناشطها، وتتضمن ما يلى:

- التغلب على ظاهرة العزلة الاجتماعية التى تسود المجتمع المعاصر بتكوين علاقات وصداقات مع الآخرين من الأفراد والجماعات.
- إشباع الحاجة للألتقاء مع الآخرين من ذوى الميول والاهتمامات المشتركة.
- تحقيق التوافق الاجتماعى للافراد والجماعات الممارسين لمناشط الرياضة للجميع.
- تشكيل السلوك الاجتماعى السوى.
- المشاركة فى الاحتفالات والمهرجانات الرياضية والتعاون بين الجماعات وبعضها فى تنظيمها.
- تنمية مهارات التواصل والتفاوض بين الجماعات وبعضها لدعم العمل الجماعى.
- تهيئة الفرص لممارسة التخطيط الجماعى للنشاط والتدريب على اتخاذ القرارات الجماعية وكيفية التوفيق فى حل المشكلات التى تواجه ممارسة مناشط الرياضة للجميع.

- ممارسة الحياة الاجتماعية الديمقراطية الناجحة.

سابعا: الأهداف الثقافية: وتشمل الأهداف المرتبطة بتزويد الفرد بالعديد من أنواع المعرفة، وتشمل أهم الأهداف التالية:

- تزويد الفرد بالثقافة الرياضية وذلك بتزويده بالعديد من أنواع المعرفة والاتجاهات والعادات المرتبطة بمجال الرياضة للجميع.
- تشكيل وتنمية مدركات الفرد بأهمية الرياضة للجميع فى الحياة العصرية.
- تشكيل اتجاهات إيجابية لدى الأفراد والجماعات نحو ممارسة مناشط الرياضة للجميع.
- التعرف على العديد من مناشط وقت الفراغ ومناشط الخلاء واستيعاب طرق تنظيمها.
- التعرف على الألعاب الشعبية المتأصلة فى التراث الثقافى للمجتمع.
- ادراك الفرد لقدرات ولحاجات الجسم للحركة.
- التعرف على عوامل الأمان والسلامة المرتبطة بممارسة وبطبيعة مناشط الرياضة للجميع.
- تعلم الفرد الممارس لمناشط الرياضة للجميع لكيفية الوقاية من الأصابة وطرق معالجتها فى حالة حدوثها.
- فهم أفضل للبيئة المحيطة بالفرد.

ثامنا: الأهداف الاقتصادية: وهى تعبر عن الأهداف التى ترتبط بإنتاجية الأفراد والجماعات الممارسين لمناشط الرياضة للجميع، وتتضمن أهم الأهداف التالية:

- زيادة الرغبة والتحفيز للعمل.
- زيادة الكفاءة الإنتاجية للفرد.

- زيادة الإنتاج القومى للدولة.
- تحسين نوعية الحياة للافراد أو الجماعات الممارسين لمناشط الرياضة للجميع.
- التقليل من النفقات العلاجية أو من النفقات الصحية نظرا لما تسهم به الرياضة للجميع فى الوقاية من العديد من الأمراض المرتبطة بزيادة الوزن أو نقص الحركة أو بالتوتر النفسى أو العصبى.
- التقليل من الفاقد الانتاجى للمجتمع والناتج عن خفض معدلات الجريمة وتقليص وانتشار تعاطى المخدرات بين الأفراد، وذلك بفضل استثمار أوقات الفراغ فى المشاركة فى مناشط الرياضة للجميع واثر ذلك على الانتاج.

تاسعا: أهداف الوقاية من المدنية الحديثة: وهى الأهداف التى ترمى إلى مساعدة الافراد والجماعات الممارسين بانتظام لمناشط الرياضة للجميع على مقاومة الآثار السلبية للمدنية الحديثة، وتشمل أهم الأهداف التالية:

- التغلب على ظاهرة نقص الحركة.
- الوقاية من البدانة والتخلص من الوزن الزائد.
- التغلب على الأسلوب النمطى للحياة والمفروض من قبل المجتمع الصناعى.
- ايقاظ إحساس الفرد بالحاجة للعودة إلى الطبيعة وإلى الاستمتاع بمناشط الخلاء.
- بعث التفاؤل وزيادة الشعور بالإقبال على الحياة بسعادة وبهجة.
- زيادة القدرة على مواجهة المشكلات اليومية فى الحياة.

للدافعية أهمية فى حياة الإنسان، إذ لا يوجد سلوك يخلو من الدوافع سوى الأفعال اللا إرادية. وذلك لأن الفرد لاينشط إلا وهو فى حالة احتياج وحينئذ يبحث عن الوسائل والأهداف التى تلبى له هذه الحاجة.

ويرى علاوى أن موضوع الدوافع من الموضوعات التى تبحث عن محركات السلوك، أى فى القوى التى تؤدى بالفرد إلى القيام بما يقوم به من سلوك أو نشاط وما يسعى إليه من أهداف. كما يشير فى تعريفه للدوافع إلى أنها الحالات أو القوى الداخلية التى تحرك الفرد وتوجهه لتحقيق هدف معين، وأنها ليست شيئًا ماديًا، أى أنها ليست حالات أو قوى يمكن رؤيتها مباشرة، وإنما هى حالة فى الفرد، ويستنتج وجودها من أنماط السلوك المختلفة ومن نشاط الفرد نفسه.

ومن الأسس التى تقوم عليها الدوافع مبدأ الغرضية Purposivism ويشير إلى أن الدوافع توجه السلوك نحو غرض أو هدف، ومبدأ الحتمية الديناميكية Dynamic Determinism ويُقصد به ان كل سلوك له مسببات توجد فى الدوافع.

ويوضح كل من علاوى وسوران Seurin أن سلوك الفرد لا يصدر عن دافع واحد، فغالبا ما يكون سلوك الفرد نتيجة لعدة دوافع متداخلة بعضها مع البعض الآخر أو يكون نتاج مجموعة من الدوافع. ويؤكدان كذلك على أن للدوافع دور هام فى ممارسة الفرد للنشاط الرياضى، وإن كانت تلك الدوافع قد تختلف من فرد لآخر أو من جماعة لأخرى. ولذا فإنه يجب استثارة الدافعية لدى الأفراد لممارسة النشاط الرياضى وفقا لحاجاتهم.

ويرى فرناند لاندرى Fernand Landry أن أهم دوافع ممارسة الفرد لمناشط الرياضة للجميع، هى:

- الرغبة فى التنمية البدنية وفى تنمية الخبرات التربوية لدى كل من الأطفال والبالغين adultes.
- الميل إلى تعويض ظاهرة نقص حركة الإنسان والتى فرضتها حياة الميكنة فى المجتمع المعاصر.
- الرغبة فى معالجة بعض الأمراض لدى كل من المرضى والمعاقين وكبار السن أو فى الوقاية منها.
- الإصرار على الوقاية من البدانة ومن بعض الأمراض البدنية أو النفسية.
- الرغبة فى مقاومة أعراض ومظاهر الشيخوخة والحفاظ على حياة أكثر شبابا وسعادة.
- الميل إلى اكتساب العديد من الخبرات الاجتماعية والتربوية والثقافية.

كما يشير سوران Seurin إلى أن دوافع ممارسة النشء لمناشط الرياضة للجميع تتأثر بطبيعة الفرد وحاجاته وبطبيعة المجتمع وثقافته، إلا أنه حدد الدوافع التالية لممارسة مناشط الرياضة للجميع، وهى:

- المحافظة على الحالة الصحية للفرد والعمل على تطويرها.
- الحاجة إلى النشاط البدنى فى عالم يتميز بالميكنة ويؤدى إلى حياة لا تتميز بالحركة.
- الحاجة إلى الترويح، والحاجة إلى الاسترخاء، والحاجة إلى تهدئة الأعصاب، وذلك من خلال التخلص من مشاغل وتوترات الحياة اليومية.
- الحاجة إلى التواصل besoin de communication مع الأخرين، وذلك فى عالم أصبح الفرد فيه منعزلا داخل الجماعة.

- الحاجة إلى العودة إلى الطبيعة فى عالم يتسم بأنه عالم صناعى تسوده حياة اصطناعية ـ غير طبيعية.
- تأكيد وإثبات الذات واستكشاف الفرد لقدرات واستعدادات جسمه.
- إشباع التذوق الفنى والجمالى (أكثر انتشارا لدى الإناث).
- إشباع الميل إلى اللعب التنافسى (أقل الدوافع انتشارا).

بينما أوضحت نتائج دراسة بويه Bouet أن أهم دوافع الفرد لممارسة النشاط البدنى أو النشاط الحركى، هى مايلى:

- الحاجة إلى الحركة أو الحاجة إلى استهلاك الطاقة أو الحاجة إلى المهارة.
- تأكيد الذات أو الحاجة لتأكيد وجود الفرد أو الحاجة إلى أن يكون معروفا من الآخرين.
- البحث عن المكافأة أو الممارسة الرياضية كوسيلة لتحقيق الذات على المستوى البدنى أو المستوى الاجتماعى، حيث لاتسمح الحياة اليومية للفرد بتحقيق ذلك.
- الاتجاه الاجتماعى أو الحاجة إلى الإنتماء للجماعة أو الإنتماء لهيئة ما.
- التنافس أو الحاجة إلى التنافس مع الذات أو التنافس مع الآخرين، أو التنافس مع الأشياء أو الطبيعة.
- الرغبة فى الفوز أو تحقيق النجاح مع مراعاة المبدأ أو الحكمة التى تنص على أن الأساس ليس هو تحقيق الفوز أو الانتصار وإنما الأساس هو المشاركة فى النشاط الرياضى.
- الطموح إلى أن يكون الفرد بطلا، أو الحاجة ليكون الفرد معروفا، أو الحاجة بالإحساس بأنه الأفضل فى تخصص ما وفى وقت ما.

- البحث عن النضال conflit والتنافس.
- الرغبة فى الاتصال والتأمل فى الطبيعة بغرض الهروب من حياة المدنية الحديثة.
- المخاطرة لاستكشاف الحدود limites البدنية والنفسية للفرد.
- الميل للمغامرة aventure أو الحاجة إلى الحرية أو الحاجة إلى التجديد.

وتشير الجمعية الدولية للرياضة للجميع إلى أهم دوافع الفرد لممارسة مناشط الرياضة أو النشاط الحركى، فيما يلى:

- الرغبة فى الاستمتاع بالأداء الحركى أو الأداء المهارى، الميل إلى تنمية وتطوير الصحة، الدافع للاستمتاع بالمغامرة الشخصية، الرغبة فى الاحتفاظ بالقوام المعتدل، الميل إلى المشاركة فى نمط جديد للحياة، الحاجة إلى الاتصال الاجتماعى، الدافع لتحقيق التوازن النفسى.

بينما يشير بلحسن الاسود إلى أن نتائج العديد من الدراسات والبحوث فى الدول العربية قد أوضحت أهم دوافع ممارسة الرياضة للجميع، وذلك على النحو التالى:

- الرغبة الاكيدة فى الحفاظ على الصحة وتنميتها.
- الحاجة إلى الاتصال الإنسانى le contact humain.
- الحاجة إلى التسلية أو اللهو divertissement.
- الدافع للاسترخاء والتوازن النفسى.
- الرغبة فى تنمية المعرفة بالجسم la connaissance du corps.
- الدافع للمغامرة أو المخاطرة.
- الحاجة إلى الإحساس بالتفوق على الذات: Le dépassement de soi.

- الميل إلى استكشاف العديد من الألعاب الرياضية والعديد من الألعاب الشعبية.

ومن جانب آخر يرى فرنكو أنشينى Franco Anichini أن متغيرات الحياة العصرية قد أدت إلى زيادة الطلب على الرياضة للجميع، وأن هذه الظاهرة قد أصبحت منتشرة فى الدول المتقدمة، ولقد حدد تلك المتغيرات فيما يلى:

- التطور الاجتماعى evolution social، التقدم العلمى والتقنى وآثاره السلبية، الزيادة المتنامية لوقت الفراغ، الرغبة فى العودة إلى الطبيعة، زيادة معدلات الإنتاج، تنامى الرغبة فى التغلب على التوتر النفسى والعصبى.

كما يؤكد بيير سوران Pierre Seurin على ارتباط حركة الرياضة للجميع بالعديد من المتغيرات وذلك كالمستوى الثقافى للفرد وبالتقدم الاجتماعى وبالنظام التربوى فى المجتمع.

ومن جانب آخر يرى بلحسن لاسود أن أهم الأسباب الرئيسية التى أدت إلى زيادة الطلب على الرياضة للجميع، هى:

- فقدان الحس الطبيعى للحياة perte du sens naturel de la vie وكذلك فقدان الحس الطبيعى للحركة.
- طبيعة العمل التى تتسم بالروتين النمطى routine monotone وبالتخصص الدقيق superpécialisation مما يؤدى إلى إلقاء عبء زائد على الجهاز العصبى للفرد العامل فى المجتمع.
- زيادة الوقت الحر (الفراغ) le temps libre وعدم استثماره.
- انحصار العلاقات الإنسانية relations humaines واختفاء التماسك الاجتماعى solidarité بين الأفراد والجماعات.
- زيادة فرص الأصابة بالأمراض المرتبطة بالقلب والأوعية الدموية، والتى أصبحت من سمات الحياة الحديثة la vie moderne.

- الاضطرار فى التغير الثقافى changement culturel الذى حدث فى العديد من الدول ونشأ عنه تغير فى بعض القيم valeurs فى المجتمع وصعوبة فى عملية التكيف.
- الصراع العالمى lutte internationale حول الفوز فى المنافسات الرياضية.
- الحاجة إلى إعادة الإنسان إلى توازنه الطبيعى l'équilibre naturel.
- البحث عن ظروف أفضل للحياة meilleurs condition de vie لمواجهة الروتين اليومى.

وبوجه عام يشير هانز Hans إلى أن حاجة الإنسان للاستمتاع بروح اللعب وممارسة أوجه النشاط الرياضى قد أصبحت من الحاجات needs الأساسية فى وقتنا الحاضر.

اشكال ومناشط الرياضة للجميع

لقد تعددت مناشط واشكال الرياضة للجميع وفقا لاختلاف آراء وفلسفات الأفراد والجماعات نحو مفهوم وأهداف الرياضة للجميع، ووفقا لاختلاف الثقافات القومية بين المجتمعات، ووفقا للعادات والتقاليد والعقائد الدينية السائدة فى هذه المجتمعات.

ويرى بيير سوران Pierre Seurin أن الرياضة للجميع يجب أن تتضمن الأشكال التقليدية للرياضة، والمناشط التى تعبر عن الثقافات القومية والتى تتميز بدورها باسهاماتها فى العملية التربوية وفى الترويح مما يضفى عليها الطابع الاجتماعى، كما يجب أن تتضمن مناشط الهواء الطلق والتمرينات الإرادية Gymnatique Volontaire.

وكذلك يشير إلى أن مناشط وأشكال الرياضة للجميع تتعدد وفقا لاختلاف آراء وفلسفات الأفراد والجماعات والدول، إذ أن من أهم خصائص الرياضة للجميع أنها ليست أسيرة prisonnier للأشكال والهياكل التنظيمية

الجامدة كما فى رياضة المنافسات التى تسعى إلى تحقيق المساواة فى الفرص l' égaltié des chances بين المتنافسين. كما يرى من وجهة نظره أنه يمكن تصنيف مناشط أو أشكال الرياضة للجميع وفقا للفئات Catégories التالية:

الأشكال التقليدية للرياضة

تماثل الأشكال التقليدية للرياضة Formes Sportives Classiques أوجه النشاط التى يتم ممارستها فى رياضة المنافسات والتى يتم تحديدها أو اختيارها من قبل المسئولين والمنظمين لمسابقاتها. وذلك كأنواع المباريات التى تجرى فى كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة اليد، الهوكى، التنس الأرضى، تنس الطاولة، الرياضات المائية، ومسابقات العاب القوى والجمباز، وغيرها من تلك المناشط التقليدية للرياضة التى تجرى المنافسة فيها بين الأفراد وبعضهم أو بين الفرق وبعضها، وفقا للقواعد والقوانين المنظمة لتلك المنافسات.

إلا إذا كانت المنافسة compétition تعُد ذات قيمة إيجابية valeur positive للناشئين وللشباب، فانها من جانب أخر تعُد مضره فسيولوجيا لكبار السن وللضعاف بدنيا، إذ انها تتطلب من الممارس لمناشطها أن يبذل أقصى الجهد effort ليتفوق على منافسه. ولذا فإن المنافسة إذا تمت فى إطار إدراك مفهوم الرياضة للجميع وإدراك الغرض من ممارسة مناشطها فإنه يمكن تلاشى الأضرار الفسيولوجية التى قد تنتج عنها، إذ أن الهدف من ممارسة مناشط الرياضة للجميع هو الترويح عن الذات وتنمية وتطوير الصحة، فى حين أن النتيجة (الفوز أو الهزيمة) تعُد ذات أهمية ثانوية.

وبوجه عام فإن لتلك الأشكال التقليدية أهمية نسبية importance relative فيما يرتبط بمناشط وأشكال الرياضة للجميع.

مناشط الفراغ والهواء الطلق

وهى تمثل أوجه النشاط التى تستفيد من الطبيعة فى ممارستها، ولذا يطلق عليها مناشط الفراغ والهواء الطلق activités de loisir- plein- air، ومن أهم

تلك المناشط: التزحلق والانزلاق على الجليد، الشراع، التجوال، تسلق الجبال، التجوال بالدرجات، المشى، الهرولة Jogging، الجرى... ولقد أخذت هذه الأوجه من النشاط فى النمو المضطرد فى الآونة الأخيرة، ويطلق عليها أيضا مسمى الترويح الرياضى أو رياضة الفراغ Loisir Sportif وتتميز تلك المناشط بأنها تمس قطاع واسع من الأفراد والجماعات فى مختلف المراحل العمرية وبخاصة أثناء فترات وقت الفراغ اليومى أو فى العطلات والأجازات.

وترجع أهمية مناشط الفراغ والهواء الطلق إلى أنها تبعد الفرد عن حياة العالم الصناعى monde industrialisé ومتغيرات المدنية الحديثة وتقترب به من الطبيعة. وفى هذا الاتجاه يشير رينيه ماهو René Maheu* إلى أن الأساس من الرياضة ومن الشعور بالسعادة الناتجة عن ممارستها هو عودة البدن إلى حريته الفطرية liberté instinctive، وذلك من خلال اتصاله وتفاعله مع الطبيعة الخلابة والتى يُعد هو نفسه جزءا منها وأحد مكوناتها أو عناصرها.

إلا أنه بالرغم من أهمية تلك المناشط، فإن بعض المسئولين عن الرياضة لايباركون الانتشار الواسع الذى تحظى به خوفا من أن يقضى انتشارها على الروح التنافسية esprit compététif والتى تعُد من أهم خصائص الأبطال champions.

الرياضة المدرسية ورياضة الفرق الجامعية

تُعد الرياضة المدرسية le Sport- scolaire ورياضة الفرق الجامعية le Sport- universitaire de masse من أشكال formes الرياضة للجميع، التى تستخدم الطرق التقليدية للرياضة بطريقة منظمة تسمح باشتراك أكبر عدد من الدارسين بالمراحل التعليمية المختلفة فى أوجه مناشطها، وكذلك تسمح للمتعلمين من ذوى المستويات البدنية والمهارية غير العالية faibles من المشاركة فى ممارستها.

* مدير المنظمة الدولية للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) سابقا.

ويتم تنظيم هذه الأوجه من النشاط من خلال تنظيم وإقامة مباريات بين الفصول matches inter- classes (النشاط الداخلى) أو من خلال تنظيم المناشط الخارجية intra- muraux، التى تتم فى شكل لقاءات بين الفرق المدرسية أو الجامعية وغيرها من الفرق التى تمثل مدارس أو جامعات أخرى.

ويشرف على تنظيم وإدارة تلك اللقاءات الرياضية rencontres sportives المربين والمتخصصين العاملين فى مجال التربية الرياضية المدرسية أو فى مجال النشاط الرياضى بالجامعة. وقد تجرى هذه اللقاءات فى الغالب بدون حضور جماهيرى sans public أو فى حضور جمهور من الزملاء لايتكبدون أية تكاليف فى مقابل مشاهدة المباريات أو العروض الرياضية التى يتم تقديمها.

كما أن هذه اللقاءات لا تكلف المؤسسات التعليمية الكثير من المال، إذ انها اقتصادية فى تكلفتها، كما تتميز بسهولة تنظيمها. ولذا فإنه يجب على المسئولين عن التعليم وعن الرياضة المدرسية والجامعية والمربين وأولياء الأمور تقديم كافة أنواع المساعدات والإمكانات لترسيخ أهمية الرياضة للجميع فى المؤسسات التعليمية نظرا لقيمتها التربوية valeur éducative وذلك حتى يمكن استثارة دافعية أكبر عدد من الدارسين لممارسة أوجه النشاط الرياضى التى يتم تنظيمها فى المدارس والجامعات.

المنافسات الرياضية للجماعات أو للجمهور

وتُعد المنافسات الرياضية للجماعات أو للجمهور والتى يتم تنظيمها خارج النطاق المدرسى les compétitions hors du domaine scolaire من أشكال الرياضة للجميع التى يتم تنظيمها لتحظى بمشاركة الجماعات أو الجماهير فى أوجه نشاطها، وتتم تلك المنافسات فى إطار من التنافس الشريف والروح الرياضية esprit sportif ودون الاهتمام بتحقيق الفوز أو النصر victoire فى تلك المنافسات، بل يتركز الاهتمام بها فى التفوق على الذات أو الانتصار عليها victoire sur soi.

ومن أهم تلك المنافسات التى يتم تنظيمها ويسمح فيها باشتراك الأفراد من مختلف المراحل العمرية فى مناشطها، مايلى:

- الأسبارتكياد Spartakiades وهى نوع من المهرجانات الرياضية التى يتم تنظيمها فى العديد من الدول فى أوروبا الشرقية.
- المباراة الرياضية للجميع Match Sport pour Tous كالتى تم تنظيمها وإقامتها بين دولتى السويد وفنلندا فى عام (١٩٧١) وشارك فيها مايقرب من مليون فرد من كلا الدولتين.
- سباقات الإنزلاق على الجليد Ski ومن أشهرها سباق Vasa الذى نظمته دولة السويد فى مارس (١٩٧٨) وشارك فى أدائه ما يقرب من (١١٦٠٠) فرد من مختلف مراحل العمر.
- سباقات ماراثون الجليد Marthon de l'engadine الذى نظمته سويسرا فى عام (١٩٧٧) وشارك فى أدائه ما يقرب من (٩٥٠٠) ممارس لهذه الرياضة.
- سباقات الجرى واختراق الضاحية Cross التى تقوم العديد من المؤسسات الصحافية بتنظيمها وذلك كالسباقات التى تنظمها جريدة الـ(Figaro) وجريدة الـ(Humanité) الفرنسيتين.

وفى تلك المنافسات الرياضية الجماهيرية يسعى كل من المشاركين فى مناشطها إلى بذل المزيد من الجهد بغرض الإحساس فى المقام الأول بالسعادة واختبار الذات le desir de s'éprouver وليس بغرض تحقيق الفوز فى المسابقات أو المباريات:

التمرينات الإرادية

تُعد الممارسة المنتظمة للتمرينات الإرادية Gymnastique Volontaire واحدة من أشكال الرياضة للجميع، ويكون الغرض منها هو الاحتفاظ بالحالة البدنية وتنميتها، والترويح عن النفس، وتنمية العلاقات الإنسانية. كما يتم ممارسة التمرينات الإرادية فى أوساط اجتماعية مختلفة، حيث يتم ممارستها فى

المدارس، المصانع، المؤسسات التجارية، الأسرة، كما يزداد الطلب عليها من الأفراد من ذوى العقد الثالث من العمر troisième âges.

وتتنوع تلك التمرينات فى أشكالها، فقد تكون تمرينات ذات أغراض متعددة لتنمية المرونة، القوة العضلية، التوافق العصبى العضلى، الجلد الدورى التنفسى، أو قد تكون فى شكل تمرينات بمصاحبة الموسيقى gymnastique de jazz أو فى شكل الرقص الشعبى (الفولكلورى) danses folkloriques، وتلقى تلك التمرينات اهتماما واسع النطاق فى كل من السويد وفرنسا وفى غيرها من الدول.

أشكال حركة *Trim*

تتميز أشكال حركة «Trim» والتى تهتم بشعار «كن فى حالة صحية جيدة» بالتنوع فى مجال تطبيقاتها. وهى تمثل اللعب الرياضى le jeu sportif البعيد عن الأشكال التقليدية للرياضة، وذلك كالمشاركة فى المباريات غير التقليدية حيث يشارك فى اللعب جماعات صغيرة العدد من الأصدقاء، أو من الأسرة، أو من أفراد غير متجانسين من حيث القوة أو المستوى المهارى أو السن أو الجنس.

وتُعد أشكال تلك الحركة نوعا من الرياضة المتجردة تماما من القوانين الصارمة لرياضة المنافسات وتعمل على تنمية الإبداع وإشباع الدافع للخيال، بينما يكون الفوز أو الهزيمة دافعا ذات أهمية ثانوية importance secondaire.

ولذا فإنه يمكن للفرد من المشاركة فى أداء مناشطها دون إعداد بدنى مسبق لتنمية مهاراته أو لياقته البدنية بغرض التفوق على المنافس، بل يكون اشتراكه وفقا لما تسمح به استعدادته وقدراته حيث يكون الغرض منها هو التفوق على الذات وليس على المنافس، وكذلك للاحتفاظ بحالته البدنية والعمل على تأجيل انخفاض مستواها لأطول فترة ممكنة.

ومن أشكال حركة «Trim» المباريات غير التقليدية وسباقات الجرى وتدريبات اللياقة البدنية ومناشط اختبار الذات épreuve de soi ومناشط

الترويح الرياضى . . . ومن أهم الدول التى تهتم بتلك الأشكال ألمانيا، السويد، النرويج، الدانمارك، فرنسا، انجلترا، إيرلندا، هولندا، بلجيكا، اليابان، الولايات المتحدة الأمريكية، الاتحاد السوفيتى . . .

أما المجلس الأوربى Le Conseil de l' Europe فقد حدد مناشط الرياضة للجميع فى الأربعة أشكال الرئيسية التالية:

١- ألعاب ورياضات المنافسات*

تعد من الألعاب والرياضات التقليدية Jeux et sports traditionnels التى يتم ممارستها بطرق جديدة nouvelle manière وبأشكال وطرق مختلفة دون مراعاة للقواعد وللقوانين المنظمة لها، حيث يتم التعديل فى تلك القواعد والقوانين لتلاءم مستوى غير الممارسين non- pratiquants لتلك الالعاب والرياضات ولتقابل مستوى أدائهم غير المرتفع. وتتضمن تلك المناشط بعض الرياضات الجديدة sports nouveaux كالألواح الشراعية planche à voile، والمناشط الرياضية التى تتميز بالبساطة فى الاداء، والرياضات التى تعتمد على المهارة الذاتية auto- apprentissage، والممارسات التقليدية والشعبية التى تتمشى مع البيئة environnement، والألعاب المصغرة ككرة السلة المصغرة Mini-Basket والكرة الطائرة المصغرة Mini- Volley . .

٢- مناشط الخلاء

يطلق على مناشط الخلاء «مناشط الهواء الطلق» activités de plein air حيث يعتمد الفرد فى ممارستها على الطبيعة والمناطق الخلوية وذلك بغرض الابتعاد عن تلوث هواء المدن والضوضاء وبغرض اتصاله بالطبيعة. كما تتميز تلك المناشط بتنوعها وبارتباطها بالفراغ اليومى quotidien والأسبوعى hebdomadaires والسنوى annuel للفرد.

ولذا تهتم الدول بتوفير مناطق الخلاء والمنتزهات Parcs لاتاحة الفرصة للجميع للاقبال على ممارسة مناشط الخلاء. كما يجب الاستفادة من الاراضى

* Jeux et sport de compétitions.

والمساحات الخالية espaces libres وتجهيزها لاتاحة الفرصة للافراد والجماعات لممارسة رياضة الخلاء والهواء الطلق، مع الوضع فى الاعتبار عدم التعدى على الأراضى الزراعية.

٣- المناشط الجمالية

وهى تلك الأوجه من النشاط التى يطلق عليها مسمى المناشط الجمالية activités esthétiques أو مسمى المناشط الفنية activités artistiques والتى تتميز بالجانب الجمالى والفنى والإيقاعى. ومن أهم تلك المناشط الرقص، الإنزلاق Patinage، الإنزلاق الفنى Patinage artistique، السباحة الترويحية، التمرينات والتدريبات الهوائية وذلك كالتمرينات المؤداة بطريقة جين فوندا Jane Fonda والتمرينات الإرادية Gymnastique Volontaire التى هى من أصل سويدى origine suédoise، أو التمرينات التى تؤدى باستخدام الاحمال charges أو الادوات أو الموسيقى.

٤- مناشط الاحتفاظ بالحالة البدنية*

تُعد تلك المناشط من أكثر المناشط التى يتزايد الطلب عليها فى العصر الحديث وذلك لأهميتها وإسهاماتها فى تطوير الحالة الصحية والبدنية للفرد وللجماعات، ولكونها أيضا تعد من المناشط غير الشكلية informelle ومن المناشط الحرة libre، ومن المناشط التى لاتتطلب إمكانات خاصة.

وتعد الهرولة Jogging من أهم المناشط التى تهتم بالاحتفاظ بالحالة البدنية للفرد. ويشير لورانس باردين Laurence Bardin إلى اهميتها بقوله ان الهرولة تعنى: «الجرى وفقا لإيقاع ضربات القلب» «courir au rythme du coeur qui bat». ولذا يرى أنها كالموسيقى، وأن تلك الموسيقى تنبعث من الجسم وتمر به من أسفل إلى أعلى، ولذا فهى تُعد حلقة وصل بين الأرض la terre والهواء l'air، كما يشير أيضا إلى أن كل ثانية فى الجرى تعنى الحياة لكل ثانية.

* Activités de maintien en condition physique

وإن كانت الهرولة هى أكثر تلك المناشط من حيث تزايد الطلب على ممارستها، إلا أن هناك العديد من مناشط الاحتفاظ بالحالة البدنية التى تحظى باهتمام واسع من قبل الممارسين وذلك كالمشى، سباقات التوجه courses d'orientation التجوال بالدراجات أو بما يسمى السياحة بالدراجات cyclotourisme، والتجوال على الأقدام randonnées pédestre.

وبوجه عام فإن المجلس الأوروبى يؤكد على أن تعدد أشكال ومناشط الرياضة للجميع يتيح الفرص لاختيار الفرد لنوع النشاط الذى يرغب فى ممارسته سواء كان ألعاب أو رياضات المنافسات، أو مناشط الخلاء، أو المناشط الجمالية، أو مناشط الاحتفاظ بالحالة البدنية،وذلك الاختيار يكون وفقا للعديد من المتغيرات والتى من أهمها، الوزن، الجنس، مستوى الأداء، الميول، الحاجات، الطموحات، الاهتمام.

ومن جانب آخر يرى على المنصورى أنه يمكن تصنيف أشكال ومناشط الرياضة للجميع وفقا لما يلى:

- الرياضة البنائية: ويقصد بها تلك المناشط الحركية التى يمارسها الأفراد فى مواقع إنتاجهم بغرض تنمية لياقتهم البدنية وكفايتهم البدنية، ومن أمثلة تلك المناشط التمرينات البدنية.
- الرياضة الترويحية: تتمثل فى المناشط الحركية التى يمارسها الأفراد بقصد الترويح عن النفس فى أوقات الفراغ، وذلك كالألعاب الشعبية، والألعاب الصغيرة، والممارسات الحركية اليومية المقصودة لذاتها كالمشى والجرى والتمرينات البدنية الصباحية.
- الرياضة المقننة: ويقصد بها تلك المناشط الرياضية التى تناسب قدرة بعض الأفراد الذين يتميزون بالقدرة الحركية الفعالة، وذلك كالألعاب والرياضات التقليدية والتى من أمثلتها كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة اليد... ورياضات الدراجات وألعاب القوى... كما تتضمن الرياضة المقننة برامج الرياضة المعدلة التى تناسب الأفراد المعاقين.

كما يشير بلحسن إلى أن مناشط وأشكال الرياضة للجميع يمكن تحديدها فى الفئات التالية:

- الرياضات التقليدية Les sports classiques والتى من أمثلتها كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة.
- رياضات مناشط الخلاء أو الهواء الطلق التى تستفيد من الطبيعة فى ممارستها Les sports de pleine nature والتى من أمثلتها مناشط الجرى وتسلق الجبال وألعاب التوجه Jeux d'orientation. .
- المناشط البدنية والرياضية المستحدثة Les activités physiques et sportives ومن أمثلتها مناشط Korf-ball, Tchouk- ball. . .
- الممارسات البدنية التقليدية التى تأخذ شكل الألعاب الشعبية Jeux populaires.

وكذلك يرى ليونارد Léonard انه يمكن تقسيم مناشط الترويح الرياضى وفقا للنماذج التالية:

- الرياضات الجماعية Sports collectifs: وتتضمن كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة السلة، كرة اليد، الهوكى، الكريكيت. . .
- الرياضات الفردية Sports individuels: وتشمل ألعاب القوى، الرماية، رفع الأثقال، الجمباز، تنس الطاولة، الاسكواش، الدراجات، الجولف. . .
- رياضات الشتاء Sports d' hiver: وتتضمن الانزلاق والتزحلق على الجليد، هوكى الانزلاق. . .
- الرياضات الاستعراضية Sports et spectacle: وتشمل الفروسية، البولو، سباق العربات، سباق الآلات البخارية. . .
- الرياضات المائية Sports aquatiques: وتتضمن السباحة، التجديف، الانزلاق على الماء، الغوص تحت الماء، اليخوت، الغطس، كرة الماء. . .

- مناشط الخلاء loisir de plein air: وتشمل صيد الأسماك، قنص الطيور، تسلق الجبال...

ويرى محمد الحماحمى أنه يمكن تحديد أشكال ومناشط الرياضة للجميع وفقا للتصنيف التالى:

- الأشكال التقليدية للرياضة: وتتضمن المنافسات الرياضية وفقا للقواعد والقوانين المنصوص عليها أو وفقا لعدم التقيد بها وذلك حتى يمكن لذوى المستويات العالية فى الأداء المهارى والأداء البدنى ولغيرهم من ذوى المستويات المتواضعة من المشاركة فى مناشطها. ومن أمثال تلك الأشكال كرة القدم، كرة اليد، كرة السلة، الكرة الطائرة، التنس، تنس الطاولة، الريشة الطائرة، التايكندو، الكراتيه، الرمى بالسهام.
- مناشط الترويح الخلوى: وتشمل جميع أوجه النشاط التى يتم ممارستها بعيدا عن الأماكن المغلقة وفى الهواء الطلق والتى يستمتع الفرد من خلالها بجمال الطبيعة. ومن أهم تلك المناشط التجوال على الأقدام أو بالدرجات، صيد الأسماك، قنص الطيور، تسلق الجبال، الدراجات البخارية، ركوب الخيل.. ألعاب الشواطئ، التجوال فى الغابات..
- الرياضات والألعاب المائية: وتتضمن جميع أنواع الرياضات التى تتم فى الوسط المائى وكذلك جميع الألعاب التى يتم تنظيمها بين الأفراد وبعضهم أو بين الجماعات وبعضها، وذلك كرياضات السباحة والتزحلق على الماء، القوارب البخارية، اليخوت الشراعية، التجديف، الغطس، الغوص تحت الماء، كرة الماء، إلى جانب الألعاب الترويحية المائية التى يتم تنظيمها فى شكل مسابقات بين الجماعات وبعضهم.
- مناشط الطريق: وتتضمن جميع المناشط التى تستخدم الطرق فى أدائها وذلك كرياضات المشى، الجرى، الهرولة Jogging، التجوال سيرا على الأقدام أو بالدراجات، إلى جانب المسابقات التى يتم تنظيمها على الطريق كاختراق الضاحية والماراثون، وتتابعات الفرق.

- التمرينات الهوائية الحديثة: وهى تتضمن جميع أنواع المناشط الإيقاعية التى تعتمد على الأكسجين فى أدائها، وذلك كما فى حركات الرقص الحديث، والتمرينات الحديثة التى عرفت (بطريقة جين فوندا) (La méthode de Jane Fonda) التمرينات الهوائية التى تؤدى من أوضاع الجلوس على مقعد positions assise والتى تناسب بعض حالات المرضى أو المعاقين أو كبارالسن.
- رياضات الشتاء: وهى تلك الرياضات التى ترتبط بالعوامل المناخية والجغرافية والتى تستفيد من الجليد فى أدائها كالإنزلاق والتزحلق على الجليد وسباقات ماراثون الجليد وسباقات المركبة الزاحفةBobsleigh وذلك إلى جانب المسابقات التى يتم تنظيمها على الجليد بين الأفراد وبعضهم أو بين الجماعات وبعضها.
- رياضة الأندية الصحية: وهى تتضمن التمرينات البدنية والتدريبات البدنية التى تؤدى على الأجهزة وذلك كالتدريبات التى تؤدى على الدراجة الثابتة أو جهاز السير أو أجهزة تنمية العناصر المختلفة اللياقة البدنية.
- المهرجانات الرياضية: وهى تلك المهرجانات التى يتم تنظيمها على نطاق واسع لاتاحة الفرصة لأكبر عدد من الأفراد من المشاركة فى مناشطها، ومن أمثلتها الأسبارتكياد Spartakiades، المباراة الرياضية للجميع Match Sport pour Tous.
- الألعاب الشعبية: وهى الألعاب الفولكلوريه المعبرة عن التراث الشعبى للأفراد والتى تميز بعض المجتمعات عن غيرها، وهى تختلف من مجتمع لأخر ومن عصر لأخر.
- رياضة الفئات الخاصة: وهى تتضمن العديد من الرياضات والمناشط الرياضية التى تناسب الفئات التالية: كبار السن، المرضى، المعاقون،

الأطفال والبالغون، العاملون بالدولة وفقا لنوع وطبيعة العمل، الممارسون لرياضة المنافسات العالية . . .

وبوجه عام فانه يجب العمل على تطوير واستحداث أشكال وأساليب للرياضة للجميع حتى يمكن إتاحة الفرصة لكل فرد لممارسة مناشطها وفقا لدوافعه ولاهتماماته ولقدراته ولإمكاناته ووفقا لما توفره له الدولة من قوانين وإمكانات ووسائل.

المقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات

للرياضة للجميع خصائصها التى تميزها عن غيرها من الرياضات الأخرى، كما أنها تختلف تماما عن رياضة المنافسات وذلك من حيث الأهداف التى ترمى إلى تحقيقها ودوافع ممارستها، وكذلك من حيث وسائلها وأشكال ممارستها وطرق تنظيمها وأيضا من حيث تأثيرها ونتائجها وتكلفتها.

ولقد أوضح جورجن ديكرت Jurgen Dieckert– المانيا الاتحادية ـ أوجه الاختلاف بين الرياضة للجميع ورياضة المنافسات من خلال عقد مقارنة بين خصائصهما، وذلك خلال فعاليات مؤتمر الرياضة للجميع الذى عقد فى فرنسا فى عام (١٩٧٥) والذى قام بتنظيمه الاتحاد الفرنسى للتربية البدنية والتمرينات الإرادية (F.F.E.P.G.V)* والجدول التالى يوضح تلك المقارنة.

---

* Fédération Française d' Education Physique et de Gymnastique Volontaire.

جدول (١)

مقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات

الخصائص	الرياضة للجميع	رياضة المنافسات
الأهداف والدوافع Buts et Motivations	البحث عن السعادة، السرور، الصداقة، التواصل، الراحة، الاسترخاء، تنمية الصحة.	الارتقاء بمستوى الأداء، تسجيل الأرقام، التعارف، المكانة الاجتماعية، الحصول على المال.
الوسائل والأشكال Moyens et Formes	* اللعب، التمرينات، المنافسات غير الخاضعة للقوانين الدولية. * ممارسة أشكال عديدة من النشاط الرياضي. * جماعات اللعب غير مقيدة بنوع الجنس أو بالسن أو بمستوى أداء.	* المنافسات ذات القوانين الدولية والقواعد الثابتة. * التركيز على ممارسة نشاط رياضي واحد. * تشكيل الفرق وفقا لنوع الجنس والسن ومستوى الأداء.
اشتراطات Conditions	* لجميع المراحل السنية ولكل المستويات. * توفير الإمكانات للجميع. * الاستقلالية والبعد عن المنافسات. * عدم النجومية. * عدم الاكتراث بالنتائج.	* التقيد بممارسة النشاط الرياضي لعدة سنوات لأسباب بيولوجيه. * توفير الإمكانات والدعم المالي للرياضيين من الصفوة. * إجبارية الوصول إلى أعلى مستوى من الأداء. * النجومية. * إجبارية الاشتراك في المنافسات ومواجهة الجمهور.

تابع جدول (١)

مقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات

الخصائص	الرياضة للجميع	رياضة المنافسات
التنظيم والممارسة Organisation et Pratique	* ممارسة الرياضة تعطى معنى للحياة.	* التدريب بغرض مقارنة المستويات.
	* ممارسة الرياضة لعدة مرات أسبوعيا أو فى بعض الأحيان.	* التدريب يوميا ولمدة عدة ساعات للإعداد للمنافسة، تدريب شاق.
	* اللعب المستمد من التجارب والخبرات الإنسانية.	* التدريب وفقا لبرامج وخطط موضوعة لبلوغ أهداف محددة سابقا.
	* حركات زائدة لايتطلبها الأداء الحركى.	* حركات ومهارات تصل لمستوى الآلية.
	* طرق ووسائل حرة تسمح باتخاذ القرارات الذاتية.	* طرق وبرامج تدريب مفروضة على الرياضيين.
	* قرارات ديمقراطية للمشاركين فى النشاط.	* قرارات تسلطية ونهائية من قبل المدرب.
	* إشراف عام من الأندية وتنظيمات غير رسمية.	* تنظيمات رسمية وإشراف علمى.
	* الفرص متاحة لتنظيمات متعددة للنشاط.	* تنظيمات محددة وجامدة.
	* إتباع نظام عادى فى الحياة.	* إتباع نظام غير عادى فى الحياة لتطوير مستوى الأداء، التقشف.

تابع جدول (١)

مقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات

الخصائص	الرياضة للجميع	رياضة المنافسات
التأثير والنتائج Conséquences et Résultats	* تحقيق الذات، الحرية الشخصية، الإبداع والابتكار. * التفاعل الاجتماعى، الاتصال، التضامن، التعاون، تحسين نوعية الحياة.	* العزلة الاجتماعية، التصارع، التنافس. * التفاعل الاجتماعى والتعاون لتحقيق مستوى أداء أفضل.
التكلفة Les Coûts	* المصروفات تكون غير مكلفة للممارسين للنشاط الرياضى.	* أكثر تكلفة لرياضى المنافسات العالية (الهواة والمحترفين).

وبعد دراستنا للمقارنة بين خصائص الرياضة للجميع ورياضة المنافسات، فإنه يمكن استخلاص أهم النقاط التالية:

- أن دافع تطوير الحالة البدنية والاحتفاظ بحالة صحية جيدة والترويح عن الذات يعد الدافع الرئيسى لممارسة الرياضة للجميع، بينما دافع المنافسة والحصول على البطولة يعد الدافع الرئيسى لممارسة رياضة المنافسات.
- تهتم الرياضة للجميع بالقاعدة العريضة للممارسين للنشاط الرياضى بينما تهتم رياضة المنافسات بالأقلية وهم من الموهوبين والصفوة من الرياضيين ذوى المستويات المهارية والأدائية العالية، ومن ثم فهى تستبعد كل من لايستطيع أن يكون على مستوى البطولة ومتطلباتها.

- تتميز الرياضة للجميع بالحرية الشخصية فى اختيار وممارسة مناشطها فى حين تسيطر الاجبارية على المشاركة فى رياضة المنافسات وعلى الانتظام فى التدريب بغرض تطوير قوى الفرد إلى أقصى حد ممكن.
- يمارس الفرد فى الرياضة للجميع العديد من أشكال ومناشط الرياضة غير التنافسية وفقا لقدراته ودون أن يتعرض لأعباء بدنية وفسيولوجية زائدة، بينما يواجه الممارس لرياضة المنافسات العديد من تلك الأعباء والتى تنتج عن التدريب ذات الشدة العالية بغرض الوصول إلى أعلى المستويات الرياضية.
- يقاس النجاح فى الرياضة للجميع بزيادة الطلب على ممارسة مناشطها وتطوير الحالة البدنية لممارسيها، فى حين يقاس النجاح فى رياضة المنافسات بالفوز فى المباريات وبتحقيق البطولات.
- تتميز الرياضة للجميع بالروح الرياضية ودون تعصب فى الأداء بينما تواجه الرياضة التنافسية العديد من المشكلات المرتبطة بالتعصب الجماهيرى.
- تمارس مناشط الرياضة للجميع فى أماكن متعددة وبأدوات أو بأجهزة غير ذى مواصفات قانونية، فى حين أن رياضة المنافسات تلتزم بما جاء فى قوانينها فيما يرتبط بالأماكن والأدوات أو الأجهزة اللازمة لممارستها.
- حرية التنظيم فى الرياضة للجميع يتيح عدم التقيد بالسن أو بالجنس بينما التنظيم فى رياضة المنافسات يحدد طبيعة الجنس والمرحلة السنية ومستوى البطولة.
- ممارسة مناشط الرياضة للجميع لاتتطلب تكلفة عالية أو أعباء مادية من المشاركين فيها، فى حين تستدعى رياضة المنافسات تكلفة مالية عالية.
- الممارسين لمناشط الرياضة للجميع يكونوا أقل تعرضا للإصابات الرياضية عن غيرهم من الممارسين لرياضة المنافسات.

خاتمة

إن فكرة وحركة الرياضة للجميع ليست مستحدثة، وقد نمت نموا سريعا وانتشرت عالميا منذ سنوات قريبة، وإن كان المفهوم الخاطئ عن الرياضة للجميع قد عاق تقدمها فى البداية وأدى إلى تقدمها ببطء، إلا أنه مع تطور مفهومها امتدت حركتها سريعا إلى جميع أنحاء العالم نتيجة لتفهم الجمهور لرسالتها ولأهدافها وما ترتب على ذلك من استثارة الدافعية لممارسة مناشطها المختلفة.

وتُعد الرياضة للجميع ظاهرة اجتماعية معاصرة تهتم بالصحة وبالحالة البدنية للفرد وبطريقته فى الحياة وبالدفاع عن ذاته ضد متغيرات المجتمع التقنى، وتتضمن إتاحة الفرصة للجميع لممارسة مناشطها الحركية المختلفة بحرية كاملة وفقا لميولهم ودوافعهم واستعداداتهم وقدراتهم ودون وضع أية اعتبارات للسن أو للجنس أو للعنصر أو للديانة أو للمستوى المهارى أو للمستوى التعليمى والثقافى أو للمستوى الاجتماعى والاقتصادى، وذلك بهدف تحقيق حياة أفضل للفرد.

وللرياضة للجميع خصائصها التى تميزها عن غيرها من الرياضات الأخرى، كما تختلف تماما عن رياضة المنافسات وذلك من حيث الأهداف التى ترمى إلى تحقيقها ودوافع الفرد لممارستها، وكذلك من حيث وسائلها وأشكال ممارستها وطرق تنظيمها، وأيضا من حيث تأثيرها ونتائجها وتكلفتها.

وتسهم الرياضة للجميع فى التأثير الايجابى على الجوانب المختلفة للفرد، كما تهدف إلى وقايته من متغيرات المدنية الحديثة وإلى زيادة مردوده الإنتاجى، ولذا فإنه يمكن الإشارة إلى أهم أهداف الرياضة للجميع على النحو التالى:

- الأهداف الصحية.
- الأهداف البدنية.
- الأهداف المهارية.

- الأهداف التربوية.
- الأهداف النفسية.
- الأهداف الاجتماعية.
- الأهداف الثقافية.
- الأهداف الاقتصادية.
- أهداف الوقاية من المدنية الحديثة.

وللرياضة للجميع العديد من الأشكال والمناشط التى يمكن تصنيفها وفقا للفئات التالية:

- الأشكال التقليدية للرياضة.
- مناشط الترويح الخلوى.
- الرياضات والألعاب المائية.
- مناشط الطريق.
- التمرينات الهوائية الحديثة.
- رياضات الشتاء.
- رياضة الأندية الصحية.
- المهرجانات الرياضية.
- الألعاب الشعبية.
- رياضة الفئات الخاصة والتى تتضمن المناشط الرياضية التى تناسب الفئات التالية:
  - كبار السن.
  - المرضى.
  - المعاقون.

- الأطفال والبالغون.
- العاملون بالدولة وفقا لنوع وطبيعة العمل.
- الممارسون لرياضة المنافسات العالية.

وأما عن أدوار الرياضة للجميع التى تؤديها فى تنمية المجتمعات المعاصرة، فانه يمكن تحديد أهم الأدوار التالية:

- للرياضة للجميع إسهامات هامة فى توفير سبل الصحة والسعادة لجميع الأفراد فى المجتمعات المعاصرة.
- للرياضة للجميع دور هام فى تنمية المجتمعات.
- للرياضة للجميع إسهامات فى تحقيق ظروف أفضل للحياة وتحسين نوعيتها.
- للرياضة للجميع دور حيوى فى استثمار أوقات الفراغ المتزايدة فى المجتمعات الصناعية.
- للرياضة للجميع إسهامات فى تحقيق التوافق الاجتماعى والوحدة القومية بين الطوائف العرقية والاجتماعية والدينية، وفى تنمية السلوك الاجتماعى.
- للرياضة للجميع دور هام فى زيادة المردود أو العائد الإنتاجى الفردى والجماعى وتقليل الفاقد الإنتاجى فى المجتمع.
- تهتم الرياضة للجميع بالفئات والقطاعات المختلفة فى المجتمعات المعاصرة، إذ تقدم برامجها لجميع أفراد المجتمع فى المراحل السنية المختلفة والممتدة من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشيخوخة، وفى مختلف قطاعات العمل، ولجميع الأفراد من ذوى المستويات المختلفة فى الجوانب المهارية أو الصحية أو الاجتماعية أو الاقتصادية أو الثقافية، ولجميع الأفراد فى الريف والحضر، وذلك بغرض تنميتهم.

- تسهم الرياضة للجميع فى إحياء التراث الثقافى والشعبى فى العديد من المجتمعات من خلال اهتمامها بإحياء الألعاب الشعبية والدعوة إلى اكتشافها وممارستها.

وبوجه عام فإن حاجة الإنسان للاستمتاع بروح اللعب وممارسة أوجه النشاط الرياضى قد أصبحت من الحاجات والدوافع الأساسية فى وقتنا الحاضر وذلك لمواجهة المتغيرات العصرية فى المجتمعات المتقدمة، وهو ما تسعى الرياضة للجميع إلى تحقيقه للإنسان المعاصر من خلال إتاحة الفرص للجميع لممارسة أوجه النشاط البدنى والرياضى.

الفصل الثاني

الاهتمام العالمى بالرياضة للجميع

- تطور حركة الرياضة للجميع.
- الاهتمام الدولى والعربى بالرياضة للجميع.
- التراكمات والتحديات التى تواجه الرياضة للجميع.
- وسائل الارتقاء بالرياضة للجميع.
- الاهتمام البحثى فى مجال الرياضة للجميع.
- خاتمة.



الفصل الثاني

الاهتمام العالمى بالرياضة للجميع

تطور حركة الرياضة للجميع

إن حركة الرياضة للجميع Le Mouvement Sport pour Tous ليست حركة مستحدثة. فالفكرة كانت موجودة فى فكر وأعمال رواد التربية البدنية، فقد تطرق إليها كل من مركورياليس Mércurialis (١٦٠١م)، وجوتس موتث Gutsmuth (١٧٩٣م)، وبيير دى كوبرتان Pierre De Coubertin (١٩١٧)، وتيرس Tyrs (١٩٢٠م)، وهربارت Herbert (١٩٢٥م) وغيرهم من المهتمين بهذا المجال التربوى.

فقد أشار مركورياليس فى كتابه «فن التمرينات» «Arte Gymnastica» والذى صدر فى عام (١٦٠١م) إلى تفضيله للتمرينات الطبية Gymnastique médicale عن التمرينات البدنية، وذلك لأنها تناسب الأفراد فى المراحل العمرية المختلفة وتناسب مختلف حالاتهم الصحية، ومن ثم يمكن لجميع الأفراد من ممارستها سواء كانوا من الأطفال أو الناشئين أو الشباب أو كبار السن، وكذلك سواء كانوا من الأصحاء أو المرضى، بغرض تنمية حالتهم الصحية.

كما أوضح جوتس موتث فى نهاية الفصل السادس من كتابه «التمرينات للشباب» «Gymnastik Für Die Jugend» الذى صدر فى عام (١٧٩٣م) حكمته التى تنص على: «أنه يجب أن نمارس التمرينات لنعيش، ولكن لا نعيش لنمارس التمرينات» «Man Treibe Gymnastik Um Zu Leben Aber Lebe Nicht Um Gymnastik Zu Treiben» ويبدو أنه قد اقتبس حكمته هذه من الأديب الفرنسى موليير والتى عبر عنها فى روايته الأدبية «البخيل» «L' avare»

بقوله: «أنه يجب أن نأكل لنعيش وليس نعيش لكى نأكل» «Il faut manger pour vivre et non pas vivre pour manger».

وأعلن بيير دى كوبرتان* Pierre De Coubertin فى مؤتمر لوزان Lau-sanne الذى عقد فى سويسرا فى عام (١٩١٧) لبحث «الدور التربوى للمجتمع الحديث» "Le rôle pédagogique de la cité moderne" عن إحدى أفكاره الأولمبية التى تنادى بالرياضة للجميع من خلال تأكيده على أن الأهمية ليست فى الفوز فى المباريات ولكن الأهمية ترجع إلى المشاركة فى النشاط. ولذا كان ينادى دائما بأهمية وبضرورة مشاركة الفرد فى النشاط الرياضى وفقا لما تسمح به قدراته واستعداداته وبعيدا عن المنافسات التى تسعى إلى إحراز الفوز فى المباريات.

وكذلك نادى دى كوبرتان بضرورة توفير أماكن للتدريب الحر وذلك لإتاحة الفرصة لجميع الأفراد لممارسة النشاط الرياضى، وأكد كذلك على عدم استخدام هذه الأماكن لإجراء المسابقات والمنافسات والبطولات الرياضية، معلنا بذلك عن الطريق الثانى Deuxième Voie نحو الرياضة للجميع.

كما أسس تيرس Tyrs فى تشيكوسلوفاكيا فى عام (١٩٢٠م) تلك الحركة التى أطلق عليها مسمى «حركة سوكول» "Mouvement sokol" وكان شعارها «التربية البدنية للجميع» Education Physique Pour Tous.

ومن جانب آخر انتقد جورج هربارت Georges Herbert الاهتمام الزائد بالمنافسات الرياضية ونادى بأهمية الاهتمام بمناشط الرياضة للجميع وذلك فى كتابه الذى صدر فى عام (١٩٢٥) بعنوان «الرياضة فى مواجهة التربية البدنية» "Le Sport Contre l' Education Physique".

إلا أنه من المؤكد أن الدول الاسكندنافية وخاصة السويد كانت هى أصل ومنبع origine حركة الرياضة للجميع. ففكرة تلك الحركة كانت موجودة

* باعث حركة الألعاب الأوليمبية الحديثة.

بالفعل فى التمرينات السويدية Gymnastique Suèdoise التى ابتكرها بيير هنرى لنج Per Henrick Ling (١٧٧٦ ـ ١٨٣٩) والتى كان هدفها الأول هو المساعدة فى تنمية الصحة، حيث كان شعارها هو «مساعدة أو معاونة الضعاف» «Secours aux Faibles».

وقد أسس فيكتور بالك* Victor Balk الاتحاد السويدى للتمرينات La Svenska Gymnastik Forbundet فى عام (١٩٠٤م). كما أعلن فى عام (١٩١٢م) عن توجيه حركته نحو ما يسمى بالتمرينات للجميع والتى أطلق عليها فيما بعد مسمى التمرينات الإرادية Frivilliga Gymnastik وذلك بعد تقديم عرض للتمرينات فى مهرجان الألعاب الأولمبية بمدينة استوكهولم بالسويد وذلك فى عام (١٩١٢م).

وقد نمت حركة التمرينات الإرادية فى السويد باعتبارها حركة قومية لتنمية الصحة العامة. كما ارتفع عدد أعضاء الاتحاد السويدى للتمرينات من (٨٠٠٠) عضو فى عام (١٩١٨) إلى (١٦٠٠٠٠) عضو فى عام (١٩٣٨) إلى أكثر من (٤٠٠٠٠٠) عضو فى عام (١٩٧٦).

وتتضمن التمرينات الإرادية ما يسمى بتمرينات الموسيقى Jazz والتمرينات الحديثة Gymnastique moderne والتمرينات الإسترخائية Gymnastique de pause، وغيرها من التمرينات، حيث تتعدد أشكالها لتناسب استعدادات وقدرات وحاجات الأفراد والجماعات أو الفرق من الممارسين.

ولقد انتشرت سريعا حركة التمرينات الإرادية Le Mouvement Gymnastique Volontaire فى كل من النرويج والدانمارك وفنلندا وفرنسا.

وفى عام (١٩٣٧) أنشئت المدرسة الشعبية للتمرينات «L' Ecole Populaire de Gymnastique» فى مدينة Lillsved بالسويد لإعداد معلمى التمرينات الإرادية للعمل فى أكثر من (١٢٠٠٠) قطاع.

* من المديرين الأوائل للجنة الأولمبية الدولية وقد لقب بمسمى (أبو الرياضة فى السويد).

ويطلق اليوم فى السويد على مسمى «التمرينات الإرادية» مسمى «الرياضة للجميع»، وتنظم مناشطها خارج النطاق المدرسى Hors du domaine scolaire وخارج نطاق رياضة المنافسات، كما يتم توفير العديد من أنواع التمرينات لمختلف الفئات التالية:

- للأطفال فى سن ما قبل المدرسة.
- للأطفال من عمر (٧-١٠) سنوات.
- للشباب.
- لهواه الاستعراض.
- لربات البيوت.
- لكبار السن.
- لعمال المصانع والمؤسسات.

وقد دعمت السويد حركة الرياضة للجميع باستثارة دافعية المواطنين لممارسة أى نشاط بدنى يختاره كل مواطن دون وضع أية اعتبارات للدخل المادى أو للعمر أو للجنس أو للمستوى التعليمى.

كما عُرف نظام جواز السفر الرياضى Passport فى دولة السويد، وهو يسمح لحامله بممارسة الرياضة لمدة سنة فى مراكز الشباب المختلفة فى مقابل مبلغ زهيد من المال. وتقوم مكاتب البريد ببيع تلك الجوازات وتوفيرها للأفراد من جميع الأعمار.

ومنذ عام (١٩٥٦) والولايات المتحدة الأمريكية تهتم بحركة الرياضة للجميع. وذلك بعد تكوين المجلس الرئاسى للياقة البدنية والرياضة President's Council of Physical Education and Sports بقرار من الرئيس الأمريكى - فى ذلك الوقت - إيزنهاور Eisenhower على إثر نتائج الأبحاث العلمية التى تناولت بالدراسة الحالة البدنية للشباب الأمريكى، والتى أشارت إلى أن الشباب لايتمتع بمستوى عال من اللياقة البدنية.

وبتوجيه من إيزنهاور وبعد مناقشة الموضوع فى الكونجرس الأمريكى،

بدأت حملة قومية ذات دعم مالى هائل لجذب أكبر عدد ممكن من النشء والشباب لممارسة أوجه النشاط البدنى وفقا لبرامج تم التخطيط العلمى لها، وذلك بغرض تطوير مستوى لياقتهم البدنية.

ونتيجة لتلك الحملة القومية أقبل أكثر من (٧٠٠٠٠٠٠) فرد على ممارسة رياضة المشى وأكثر من (١٥٠٠٠٠٠٠) على التجوال بالدراجات Cyclo-tourisme، مما جعل مبيعات الدراجات تفوق مبيعات السيارات فى الولايات المتحدة الأمريكية، كما أقبل ما يقرب من (٣٠٠٠٠٠٠٠) امريكى على ممارسة رياضة الجرى، ونحو (٧٠٠٠٠٠٠٠) على ممارسة التمرينات البدنية.

فى يوم ٦/١١/١٩٥٩ أعلنت ألمانيا الاتحادية حملتها الأولى عن الرياضة للجميع وقد أطلق عليها مسمى الطريق الثانى Zweiter Weg، وهو طريق يختلف عن طريق الرياضة التقليدية، حيث لايهتم بالمنافسة وبالهياكل التنظيمية الرسمية وبالقوانين والقواعد الدولية المنظمة لتلك الرياضة التنافسية، بل يهتم بتنمية الحالة البدنية للفرد وبتحقيق الاسترخاء والسعادة لذاته من خلال ممارسته لمناشط الرياضة غير التنافسية.

ومنذ عام (١٩٥٩م) والاتحاد الألمانى للرياضة* يتبنى فكرة الطريق الثانى التى تعبر عن حركة الرياضة للجميع، وذلك من خلال اجتماعه الذى عقد فى مدينة ديسبورج Duis Bourg بغرض مواجهة زيادة الطلب على مناشط الفراغ ولمقاومة متغيرات المدنية الحديثة والمجتمع الصناعى والمتمثلة فى نقص الحركة وزيادة التوتر النفسى والعصبى. ولقد تزايد عدد عضوية الاتحاد من (٥٣٠٠٠٠٠) إلى أكثر من (١٥٠٠٠٠٠٠) عضو خلال بضع سنوات من انشائه. كما قام الاتحاد بتنظيم العديد من أوجه نشاط أو أشكال الرياضة للجميع والتى من أهمها مايلى:

- حركة(Trim): Trim- Trab; des neue Laufen ohne Schnaufen وهى حركة ترمى إلى تنمية الجلد من خلال الجرى ببطء، وهى نوع جديد من السباقات بدون اللهث sans essouflement. وفى هذا النوع من

* Deutsche Sport Bund.

السباقات يتقابل بانتظام الأفراد من المراحل العمرية المختلفة ومن ذوى الحالات البدنية المختلفة للجرى سويا فى جماعات.

- حركة (Freizeit in Verein) وهى تعنى رياضة وقت الفراغ فى الأندية. ولذا فهى تسعى إلى توفير الأندية الرياضية للإمكانات التى تتيح الفرصة للبالغين من التدريب واللعب، وبخاصة لهؤلاء الأفراد الذين لايمارسون الرياضة التنافسية.
- حركة (Sport und Spiel Für Altere) وهى تعنى الرياضة والألعاب لكبار السن. ولقد اهتمت حملة خاصة بهذه الحركة تم من خلالها توزيع (١٥٠٠٠٠) نشرة علمية بالمجان بخصوص هذا الشأن على (٤٠٠٠٠) طبيب فى ألمانيا الاتحادية وعلى العديد من المسئولين الاجتماعيين.

كما تهتم المانيا الاتحادية بتوفير برامج الرياضة للجميع وبما يتناسب مع العديد من فئات المجتمع، حيث تعمل على توفير مناشط الرياضة للجميع للفئات التالية: الدارسين فى المراحل التعليمية المختلفة، المعاقين، العاملين والموظفين، كبار السن، المرضى وفقا لحالة المرض، العاطلين عن العمل، المهاجرين، المسجونين، المرأة والحوامل.

ومنذ عام (١٩٦٥) بدأ فى كوبا تطبيق وبنجاح «برنامج أو خطة كال» «Le Plan de Calle»، وهذا البرنامج أعد أساسا لممارسة مناشط التربية البدنية والرياضة فى الشارع.

وفى عام (١٩٦٧) تأسست حركة (TRIM)* فى دولة النرويج، ويرجع إليها الفضل فى انتشار الرياضة للجميع وفقا لهذا الشكل فى كل من النرويج والسويد والدانمارك وفنلندا وسويسرا وهولندا وبلجيكا واليابان وغيرهم من الدول...

وعن الإنتشار السريع وكثافته لهذه الحركة فى النرويج عبر أحد كبار المسئولين عن ذلك بقوله: «إذا استمر التزايد فى أعداد الممارسين فى المستقبل

* تعنى فى اللغة النرويجية (كن فى حالة جيدة).

بنفس المعدل الذى يسير عليه فى الحاضر، فإن عدد الرياضيين فى النرويج سوف يصبح أكثر من عدد سكانها».

ومنذ ١٩٦٨/٩/٢٠ ومجلس المانيا الديمقراطية Le Conseil de la République Démocratique Allemangne يخطط وينسق الجهود بين المسئولين والمربين لتوعية الشعب نحو حياة طيبة وسعيدة ومتفاءلة وذلك من خلال ممارسة مناشط الرياضة للجميع، بهدف رفع نسبة الممارسين للنشاط الرياضى إلى (٣٥٪) من تعداد السكان فى عام (١٩٨٠).

وكذلك تهتم ألمانيا الديمقراطية بتدعيم حركة الرياضة للجميع من خلال تنظيم برامجها واهتمامها بحركة Trim والاسبرتكياد Spartakiades والتى يتم تنظيمها منذ عام (١٩٨٤م) من قبل النقابات والمؤسسات والهيئات وكذلك من خلال توفير الإمكانات والتسهيلات الرياضية للجمهور.

وفيما يلى نقدم نموذجا للإمكانات المتوفرة بأحد المراكز أو الساحات الرياضية الموجودة بمدينة ليبزج Leipzig، والتى تعبر عن مدى اهتمام المانيا الديمقراطية بتوفير الامكانات والتسهيلات الرياضية بغرض زيادة اعداد الممارسين للنشاط الرياضى ومواجهة زيادة الطلب على ذلك، وهى:

- مساحات خضراء لممارسة كرة القدم.
- العديد من الملاعب لممارسة كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة.
- مساحات واسعة فى الغابات يتم تحديدها بخطوط وبعلامات إشارية لتحديد الطريق وتزويدها بحواجز متحركة ومرسوم بها دوائر وذلك بغرض ممارسة التمرينات الخاصة بالتوازن، التعلق، التسلق، رفع الأحمال باستخدام أحمال طبيعية كجذع الشجر.
- مقاطع ودوائر للرمى باستخدام أشياء طبيعية وذلك كالحجارة الكبيرة وقطع من الخشب.
- أجهزة لتنمية المهارة وعناصر اللياقة البدنية.

- أحواض للسباحة وحمامات مغطاة للسباحة.
- ملاعب لرياضات التنس والجولف المصغر.
- تجهيزات لممارسة بعض الألعاب الشعبية الألمانية وذلك كالألعاب التالية:

..Pende- ball; Boccie; Stuffeboard; Gorodki; Indiaca

كما تهتم ألمانيا الديمقراطية بتدعيم الشعار التالى للرياضة للجميع Eile mit meile ويعنى «أسرع نحو الميل» وكذلك تهتم بالدعاية للرياضة للجميع.

وفى عام (١٩٦٩م) تم تأسيس جمعية «رياضات المغامرة» «Ligue pour les sports d' aventure» فى ايرلندا. وذلك بغرض حث الايرلنديين من جميع الفئات على ممارسة رياضات الكانوى Canöe والفروسية وتسلق الجبال وسباقات اختراق الضاحية والماراثون وسباقات التوجه Course d'orientation.

كما أنه منذ عام (١٩٧١) تنظم أسبانيا كل عام حملة قومية Campagne nationale للتربية البدنية وللرياضة للجميع.

وفى عام (١٩٧٢) قام كل من «مجلس الرياضة» «Sports Council» و«المجلس المركزى للترويح الرياضى» «Central Council of Physical Recreation» بتنظيم حملة خاصة عن الرياضة للجميع فى انجلترا. كما ركز مجلس الرياضة فى حملة أخرى قام بها فى عام (١٩٧٥) على موضوع «الممارسة الرياضية ورياضة وقت الفراغ العائلية» والذى يدخل ضمن إطار مفهوم الرياضة للجميع.

كما قام مجلس الرياضة البريطانى فى عام (١٩٧٧) بالعمل على نشر العديد من المفاهيم المرتبطة بالرياضة والترويح: التنمية البدنية والعقلية وعلاقتها بالحياة النشطة، وذلك على المستويين القومى والدولى. وكذلك العمل على تنظيم مناشط للرياضة للجميع مع التأكيد على شعار «تعال لتجرب» "Come to Try". إلى جانب استخدام شعار الرياضة للجميع فى الملصقات والكتيبات والبرامج الرياضية والإعلامية.

وكذلك اهتمت انجلترا بتحويل المبانى القديمة إلى مراكز للترويح وبخاصة فى الأحياء الفقيرة والأهلة بالسكان، وبدعم الأندية الرياضية المحلية بالإمكانات وبالأخصائيين فى المجال، وبنشر الرياضة للجميع فى الأحياء التى تنتشر فيها الجريمة فى محاولة جادة لمنع أو التقليل من الجرائم، وذلك للقناعة التامة بدور الرياضة للجميع فى مكافحة الجريمة.

وفى عام (١٩٧٢م) أطلقت اللجنة الأهلية الأولمبية والرياضية الفرنسية (CNOSF)* شعار «الرياضة للجميع» «Sport pour Tous» فى الاجتماع الذى تم عقده للاتحادات الرياضية الفرنسية بمدينة فيشى Vichy، كما تأسس بعد ذلك الاتحاد الفرنسى للتربية البدنية وللتمرينات الإرادية (F.F.E.P.G.V)**.

الا أنه يشار إلى ان فريق من الفرنسيين الدارسين بدولة السويد ممن عاصروا حركة التمرينات الإرادية بها قد عملوا بعد عودتهم على نشر تلك الحركة فى فرنسا وذلك منذ عام (١٩٥٢م) تحت شعار «من أجل صحة أفضل للفرد، من أجل سعادة عائلية أكثر، من أجل عائد اجتماعى أفضل».

"Pour plus de santé individuelle; plus de bonheur familial; un meilleur rendement social"

كما تلقى رياضة وقت الفراغ Sport- Loisir فى فرنسا دعما قويا من المؤسسات التجارية باعتبارها شكلا من أشكال الرياضة للجميع.

وحديثا شكلت اللجنة الأهلية الأولمبية والرياضية الفرنسية وفى ضوء اهتماماتها بالرياضة للجميع ما يسمى «بالعشارى الأولمبى الحديث» «Decathlon Olympique Moderne» لاتاحة الفرصة لكل مواطن من المشاركة فى عشر أنواع من الرياضات بغرض اختبار حالته البدنية والتفوق على ذاته قبل محاولته للتفوق على الأخرين.

---

* Le Comité National Olympique et Sportif Français.

** La Fédération Française de l' Education Physique et de la Gymnastique Volontaire.

كما أن فرنسا قد سنت فى عام (١٩٨٢م) قانونا يسمح بمنح الجمعيات والمنظمات المحلية مسئوليات تنفيذ سياسة نشر الرياضة للجميع والاستفادة من المنشآت الرياضية والترويحية فى تحقيق ذلك.

وفى الاتحاد السوفيتى - سابقا - عُرفت الرياضة للجميع منذ عام (١٩٧٢م) حيث كان اهتمام الدولة مركزا على توفير فرص حقيقية لكل مواطن حتى يحقق لذاته النمو المتناسق والحفاظ على صحته وتطويرها من خلال ممارسة مناشط الثقافة البدنيةCulture Physique والرياضة Sport. كما اهتمت الدولة بالتربية البدنية المدرسية وبرياضات وقت الفراغ وبرياضات كبار السن والمعاقين وذلك بجانب اهتمامها بإقامة المهرجانات الرياضية - الأسبرتاكياد - Spartakiades والمسابقات للجماهير Concours de masse. وكذلك عملت الدولة على توفير كافة الإمكانات والتسهيلات الرياضية لعمال المصانع ولموظفى الدولة لممارسة مناشط الرياضة للجميع وذلك من خلال أنديتها الرياضية Club sportif. فأكثر المؤسسات الإنتاجية - إن لم يكن كلها - بها أنديتها الرياضية ذات الإمكانات الوفيرة.

ومن جانب آخر تهتم كل من السويد والدانمارك والنرويج وتشيكوسلوفاكيا وبولونيا ورومانيا وبلغاريا والمجر... بالرياضة فى المؤسسات الإنتاجية حيث تشكل جزءا من النظام العام système général لمناشط التربية البدنية، كما تهتم تلك الدول باحتفالات الأسبارتكياد ومسابقات الجماهير.

كما أن كل من الاتحاد السوفيتى وبلغاريا وألمانيا الديمقراطية يعمل على توفير المراكز الصحية les centres de santé ومراكز الثقافة البدنية culture physique فى المؤسسات العمالية الحديثة حتى تتاح الفرصة للعمال لممارسة التمرينات التعويضية exercices correctifs والتمرينات البدنية الأخرى بغرض الارتفاع بمستوى كفاءة حالتهم البدنية والبيولوجية.

ومنذ عام (١٩٧٣م) ظهر فى جنوب أفريقيا حملة الرياضات الريفية الأربعة والتى تتضمن الشعارات التالية:

- المشى والتجوال لحياتك............ Walk For Your Life
- الجرى لحياتك................... Run For Your Life
- السباحة لحياتك................ Swim For Your Life
- التمرينات الترويحية............ Recreational Gymnastic

وفى عام (١٩٧٤م) بدأت حملة إعلامية فى بلجيكا لحث الجماهير على ممارسة التمرينات البدنية فى المنزل ولاستثارة دافعية الأفراد لممارسة تلك التمرينات يوميا. ولقد ساهمت فى تلك الحملة وسائل الاتصال الجماهيرى وبخاصة الصحافة والتليفزيون. كما عرف منذ عام (١٩٧٩م) مشروع «الرياضة على مدى الحياة للحياة» وتدور فكرته حول أن الممارسة الحقيقية هى التى تمتد لسنوات العمر كله. ومن أهم مناشط الرياضة للجميع فى بلجيكا نجد برنامج «الكيلومتر العائلى» وهو يهدف الى ان تقوم كل عائلة بقطع المسافة المقررة بالجرى والمشى، وبرامج «الرياضة والمغامرة والمخاطرة» والتى تتضمن مناشط التسلق، الشراع، المظلات، والتزحلق والانزلاق على الجليد...

وفى عام (١٩٧٥م) تم فى سويسرا تنظيم مهرجان الأولمبياد الشعبية Olympiades Populaires، ويعد هذا المهرجان أحد أشكال الرياضة للجميع. ولقد شارك فى مناشطه ما يقرب من (١٢٥٠٠٠٠) شخص، والتى شملت مايلى: المشى، الجرى، السباحة، الدراجات، التمرينات والعروض، اختراق الضاحية، مسابقات فى اللياقة البدنية، الترحال والتخيم.

كما اهتمت سويسرا بالاهتمام بالعديد من المشروعات والبرامج لتدعيم حركة الرياضة للجميع، والتى من أهمها مايلى:

- برامج السباحة للجميع بالتعاون مع الاتحاد السويسرى للسباحة بهدف اتاحة الفرصة لجميع فئات الشعب لممارسة السباحة كنشاط للترويح الرياضى، ولممارسة العديد من مناشط الرياضات المائية الأخرى، وذلك إلى جانب توفير متخصصين فى تعليم وتدريب تلك المناشط.

- مشروع اقامة الساحات المفتوحة للعب بالتعاون مع الاتحاد السويسرى للرياضة المدرسية وذلك بهدف اتاحة الفرصة للأطفال للاستمتاع بالحركة والنشاط أثناء وخارج الجدول الدراسى.
- مشروع إنشاء النادى النموذجى لكرة المضرب - التنس الأرضى - لسنة (٢٠٠٠) بالتعاون مع الاتحاد السويسرى لكرة المضرب بهدف اتاحة الفرصة لجميع فئات الشعب لممارسة كرة المضرب وزيادة اعداد الممارسين لهذا النوع من النشاط.
- برنامج العروض الرياضية الحديثة بالتعاون مع جمعيات المدارس الرياضية بمدينة زيورخ والأندية والجمعيات المحلية، وذلك بهدف تدعيم حركة العروض الرياضية للجميع، والتى تتم فى الهواء الطلق أو فى الوسط المائى أو فى الصالات الرياضية أو فى ساحات اللعب فى المدارس.
- برنامج للياقة البدنية والذى يهدف إلى تنمية وتطوير مستوى اللياقة البدنية لجميع فئات الشعب فى القطاعات المختلفة، كما فى المدارس والأندية والجمعيات والمؤسسات الانتاجية.

وفى هولندا تم تشكيل اتحاد «العقد الثالث من العمر» «Fédération Pour Le Troisième Age» ولقد شارك هذا الاتحاد بالتعاون مع جمعية معلمى التربية البدنية فى إجراء العديد من الدراسات حول موضوع الرياضة للجميع ومتوسطى العمر فى العقد الثالث.

كما اهتمت هولندا بإعداد وبتنظيم العديد من برامج الرياضة للجميع وفقا لأحدث الأساليب العلمية ولحث جميع المواطنين على المشاركة فى مناشطها وبخاصة هؤلاء الذين لايمارسون الرياضة. ولقد استخدمت فى ذلك النشرات الإعلامية بغرض توعية الأفراد بماهية وأهمية أشكال الرياضة للجميع، وكذلك حرصت على توفير الإمكانات والتسهيلات المرتبطة بممارسة الرياضة فى وقت الفراغ وبتنظيم المسابقات غير التنافسية.

وتشير التقارير التى صدرت فى عام (١٩٧٩) إلى أنه بفضل حركة (TRIM) فإن نسبة (٧٥٪) تقريبا من المواطنين الذين تتراوح أعمارهم بين (١٥-٥٠) عاما يمارسون الرياضة بانتظام، وأنه يوجد ما يقرب من (٣٥٠٠٠٠٠) شخص من بين (١٤) مليون يمثلون تعداد سكان هولندا مسجلين بالأندية الرياضية.

وفى اليابان يتم أيضا الاهتمام بحركة (TRIM) وذلك من خلال حث الأفراد على ممارسة الأشكال التالية من مناشط الرياضة للجميع، وهى:

- ممارسة التمرينات البدنية لمدة (١٥) دقيقة.
- المشى والجرى.
- الاشتراك فى السباقات الشعبية Course populaire.
- ممارسة التمرينات البدنية مع نداء المذيع فى الراديو Radio- Gymnastique.

وكذلك يتم الاهتمام بتنظيم يوم للعيد للرياضى لإتاحة الفرص لكافة فئات الشعب لممارسة مناشط الرياضة للجميع بغرض تمتعهم بصحة جيدة وجعل حياتهم أكثر سعادة. كما تهتم اليابان بتنظيم مهرجان الرياضة الوطنية للشباب بهدف استثارة دافعيتهم لممارسة مناشط الرياضة للجميع، وذلك منذ عام (١٩٨١م).

وإلى جانب تلك المهرجانات فإنه يتم تنظيم اليوم الرياضى للصحة فى اليوم العاشر من أكتوبر من كل عام وذلك لأحياء مناسبة الألعاب الأوليمبية التى أقيمت فى طوكيو فى عام (١٩٦٤م)، ويسمح بمشاركة جميع فئات المجتمع وكذلك المدارس والمؤسسات والجمعيات والأندية الرياضية للهواه فى مناشط هذا اليوم الرياضى لتنمية ولتطوير الحالة البدنية والصحية للمشاركين.

وفى استراليا كان الاهتمام بالرياضة للجميع يدور حول توصيل النشاط إلى الأفراد بدلا من انتقال الأفراد إلى أماكن النشاط وذلك من خلال البرامج التى تنادى بشعار «مارس النشاط أينما تكون» مما يستدعى توفير الإمكانات

للأفراد فى كل أماكن تجمعاتهم لممارسة النشاط الرياضى. ومن أهم تلك البرامج مايلى:

- برنامج (تحرك) وذلك بغرض استكشاف المنطقة أو الحى الذى يتواجد به الفرد عن طريق المشى أو التجوال.
- برنامج (تعلم) وذلك بغرض تعليم الأفراد أوجه النشاط الرياضى وفقا لاهتماماتهم وميولهم عن طريق تنظيم العديد من المعسكرات التى تفى بتحقيق هذا الغرض.
- برنامج (امشى واجرى) وذلك بغرض تنمية الحالة البدنية للفرد عن طريق قطع مسافات بالمشى أو بالجرى تتناسب والحالة الصحية للفرد ومستوى لياقته البدنية.

وللتأكيد على أهمية الرياضة للجميع فى استراليا، فقد اعلن وزير البيئة والإسكان والمجتمع بان الحكومة الاسترالية ترى أن الرياضة للجميع يجب ان تتاح فرص ممارسة مناشطها لكل مواطن وفقا لما تسمح به ظروفه وامكاناته وقدراته ومستوى طموحه، وكان ذلك فى عام (١٩٧٧م).

وفى الصين يمارس الملايين من الأفراد التمرينات البدنية يوميا وذلك فى الميادين العامة places publiques فى جماعات قد يصل عددها إلى (٥٠٠) فرد، وفى الشوارع، وعلى الأرصفة، وفى المصانع، وفى المؤسسات، وفى الحقول الريفية، بغرض تنمية لياقتهم البدنية. ومن أهم التمرينات الإيقاعية التى يمارسها الصينيون تلك التمرينات التى يطلق عليها مسمى «Whu Shu» ومسمى «Taiji» وهى نوع من الحركات المشتقة من الرياضات القتالية التقليدية كرياضات الكراتيه والتايكندو. وكذلك تهتم الصين بنشر رياضة كرة تنس الطاولة بين أبنائها، حتى أصبح هناك أكثر من (٢٥) مليون من الممارسين لتلك الرياضة.

وتولى دولة الصين أهمية قليلة لنتائج المناشط التنافسية، بينما تركز اهتمامها على تنمية الروح الرياضية esprit sportif وعلى توطيد الصداقة

والإخاء بين مواطنيها. ولذا فإن الرياضة للجميع فى الصين تعد وسيلة لتنمية وتطوير الحالة البدنية للشعب ولتوطيد علاقات الصداقة amitié بين افراد الشعب والاسهام فى الدفاع عن الدولة فى حالة الاعتداء على أراضيها.

ومن ناحية أخرى لعبت وسائل الاتصال الجماهيرى دورا هاما وبارزا فى نشر الرياضة للجميع وبخاصة فى الدول ذات المستوى المعيشى المرتفع، حيث يمارس عدد هائل من مواطنيها مناشط الرياضة للجميع يوميا بغرض تطوير حالتهم البدنية، وذلك نتيجة لما تقدمه وسائل الاتصال من برامج تنمى لديهم الوعى بأهمية ممارسة تلك المناشط.

وهذا بالإضافة إلى اهتمام المنظمات والهيئات الدولية بدعم حركة الرياضة للجميع من خلال تناولها بالبحث والدراسة تطوير أشكالها واستحداث وسائل لنشرها. وقد كان المجلس الأوروبىConseil de L'Europe من أوائل المهتمين بموضوع «الرياضة للجميع»، حيث كان موضوع الرياضة للجميع هو المحور الرئيسى للعمل للجنة التربية خارج النطاق المدرسى، والتى تعُد إحدى لجانه الهامة.

كما أن الاتحاد الدولى للتربية البدنية Federation International d' Education Physique. (F.I.E.P) قد خصص مساحة واسعة عن مكانة الرياضة للجميع وذلك فى الدورية التى يصدرها والتى يتم نشرها فى أكثر من (٨٠) دولة والتى تطبع بعده لغات، والتى صدرت فى عام (١٩٧١). وكذلك فإن المجلس الدولى للتربية البدنية والرياضة (CIEPS)* ومنذ عام (١٩٧٢م) وبرئاسة نويل باركر Noël Parker فى ذلك الوقت، وهو يولى اهتمام واسع النطاق لحركة الرياضة للجميع. كما عقدت المنظمة الدولية للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) أول اجتماع لوزراء ولكبار المسئولين عن التربية البدنية والرياضة وذلك بتوجيه من المجلس الدولى للتربية البدنية والرياضة بالدول الأعضاء بها، ولقد احتلت موضوعات الرياضة للجميع مكانه هامة فى هذا الاجتماع وحظيت بأولوية فى مناقشتها.

* Le Conseil International de L' Education Physique et du Sport.

ومن جانب آخر صدر فى عام (١٩٧٥) الميثاق الأوروبى للرياضة للجميع La Charte Europoenne du Sport pour Tous بعد أن أقره مجلس الوزراء الأوروبيين للرياضة.

ومنذ تأسيس الاتحاد الدولى للرياضة للجميع فى ابريل ١٩٨٢ بفرنسا وهو يقدم كل دعم لحركة الرياضة للجميع من خلال العمل على نشرها وتطويرها، مع توطيد العلاقات بين المؤسسات المختلفة والأفراد المهتمين بتلك الحركة. كما يسعى الاتحاد إلى تحقيق العديد من الأهداف التى ترتقى بحركة الرياضة للجميع من خلال تنظيم مهرجانات ولقاءات رياضية على المستوى الدولى، والاهتمام بالمؤتمرات والندوات العلمية لنشر الرياضة للجميع، وتنظيم حلقات دراسية لتأهيل العاملين فى المجال، وكذلك العمل على توفير الامكانات التى تتيح الفرصة للافراد وللجماعات لممارسة مناشط الرياضة، والاهتمام بالجانب الاعلامى المساند لحركة الرياضة للجميع، إلى جانب التعاون والتنسيق بين الهيئات الدولية والأهلية لدعم هذا المجال.

وفى الإجتماع السابع لأعضاء مجلس الاتحاد الدولى للرياضة للجميع والذى عقد فى مدينة الرياض فى الفترة من ٢٢-٢٦ يناير ١٩٩٢، أشار أندريه فان ليرد* André Van Lierd إلى أن الاتحاد الدولى للرياضة للجميع يمثل احدى المؤسسات العالمية التى تتسم بالديمقراطية المطلقة وتهتم بالأفراد وبالمؤسسات ممن لديهم الرغبة فى تطوير ونشر الرياضة للجميع. كما أكد على أن أهداف الاتحاد ترتكز على أسس ثلاث وهى:

- أن الحركة الدولية للرياضة للجميع هى وسيلة لتقوية روابط الصداقة والتضامن solidarity بين الشعوب.
- الاهتمام بنشر ودعم مفهوم الرياضة للجميع على المستوى العالمى.
- الرغبة فى توفير الفرص والتسهيلات لممارسة مناشط الرياضة للجميع من خلال برامج عملية practical programs تم تصميمها أساسا من أجل تطوير قدرات العاملين فى هذا المجال.

* رئيس الاتحاد الدولى للرياضة للجميع.

كما ساهمت المؤتمرات والدراسات والبحوث العلمية التى اهتمت بتنظيمها المنظمات والهيئات الدولية المعنية بالرياضة للجميع بغرض بحث القيم البيولوجية والقيم الصحية والقيم التربوية والاجتماعية Sociau- éducative لتلك الرياضة فى حدوث تحول فى فكر المخططين والمصممين لبرامجها.

الاهتمام الدولى والعربى بالرياضة للجميع

إن حركة الرياضة للجميع قد مرت بالعديد من المراحل فى العديد من الدول. ولقد أدى ذلك إلى تطوير مفهومها وإلى تطوير أهدافها واستحداث لمناشطها ولأشكالها، وكذلك إلى تدعيم مواردها المالية وتوفير امكاناتها من قبل الهيئات الحكومية والهيئات الأهلية ومن قبل المنظمات الدولية والعالمية وإلى التعاون الدولى فى الارتقاء بها وإلى تعميم التجارب الناجحة فى العديد من الدول وبما يتفق مع ظروف تلك المجتمعات وبما يتمشى مع تراثها الثقافى.

ولقد ساند هذه الحركة ودعمها وسائل الاتصال الجماهيرى والدراسات والبحوث العلمية والمواثيق الصادرة عن المنظمات والهيئات الدولية والتى تؤكد على ضرورة توفير النشاط الرياضى أو الحركى لكل فرد فى المجتمع كحق أساسى له.

ولأهمية الرياضة للجميع فى حياة الإنسان فى المجتمعات فقد حدد الميثاق الأوروبى للرياضة للجميع والذى انبثق عن مؤتمر الوزراء الاوروبين المسئولين عن الرياضة الذى عقد فى بروكسل Bruxells فى عام (١٩٧٥) ثمانية مبادئ أساسية يجب مراعاتها وتطبيقها فى هذا المجال، وهى:

- لكل فرد الحق فى ممارسة الرياضة.
- توفير المساعدات والإمكانات والتجهيزات المناسبة وكذلك الدعم المالى المناسب للرياضة للجميع، وذلك باعتبارها عاملا هاما فى عملية التنمية البشرية.

- ربط الرياضة وذلك على المستوى المحلى والإقليمى والقومى بالسياسات العامة للتعليم وللصحة وللخدمات الاجتماعية والخدمات الترويحية وللفنون وكذلك ربطها بعمليات التخطيط للمدن، لكون الرياضة تمثل جانبا هاما من جوانب النمو الثقافى والاجتماعى للدولة.
- يجب ان تتبنى الحكومات التعاون المستمر والفعال بين الهيئات العامة والمنظمات التطوعية.
- يجب حماية الرياضة والرياضيين من الاستغلال السياسى والتجارى ووقايتهم من الممارسات الخاطئة ومن تعاطى المنشطات (Doping) وذلك من خلال اتخاذ الوسائل والإجراءات المناسبة الكفيلة بذلك.
- اعتبار التخطيط العام للمنشأت الرياضية من مهام الهيئات الحكومية التى يجب أن تساير المتطلبات المحلية والقومية، ولذا يجب الاهتمام بتوفير تلك المنشآت ومراعاة أصول استخدامها واتخاذ الإجراءات اللازمة لضمان الاستخدام الكامل والأمثل لما هو متوفر منها ولما سوف يتوفر منها فى المستقبل القريب والبعيد.
- اتخاذ الإجراءات القانونية المناسبة لاستخدام الأفراد للأماكن العامة والمفتوحة بهدف الترويح.
- الاهتمام بتوفير القيادات والكفاءات والكوادر المتخصصة فى مجال برامج الرياضة للجميع وذلك على المستوى الإدارى والفنى.

كما صدر الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة، بغرض تحقيق النمو الشامل للفرد ولتوسيع نطاق التربية البدنية والرياضة، ولقد تم إقرار هذا الميثاق بمواده العشرة فى المؤتمر العام لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (UNESCO) الذى عقد فى باريس فى اليوم الحادى والعشرين من نوفمبر ١٩٧٨. وتنص مادته الأولى على: ممارسة التربية البدنية والرياضة حق أساسى للجميع وذلك من خلال:

- إتاحة الإمكانات لكل فرد لممارسة أوجه نشاط التربية البدنية والرياضة للوصول إلى مستوى الأداء المهارى الذى يتفق ومواهبه وذلك وفقا للتقاليد الرياضية السائدة فى مجتمعه.
- توفير ظروف خاصة للنشء وللأطفال فى سن ما قبل المدرسة وكذلك للمتقدمين فى السن والمعاقين بغرض التنمية المتكاملة لشخصيتهم وذلك من خلال توفير برامج للتربية البدنية والرياضة تتلاءم مع قدراتهم.

وفى المادة الثالثة من الميثاق نص على أنه ينبغى أن تلبى برامج التربية البدنية والرياضة احتياجات الأفراد والمجتمع، وذلك من خلال:

- إعداد برامج للتربية البدنية والرياضة وبما يتفق وحاجات وخصائص المشاركين فى أوجه نشاطها. وكذلك وفقا للظروف الثقافية والاجتماعية والاقتصادية والمناخية السائدة فى كل مجتمع.
- إسهام برامج التربية البدنية والرياضة فى تكوين عادات وإنماط من السلوك تساعد فى تطوير شخصية الفرد فى إطار التربية الشاملة له.
- مراعاة رياضة المستويات العليا للمثل وللمبادئ الأولمبية وأن تكون متحررة من أى تأثير للمصالح التجارية.

كما تنص المادة الخامسة من الميثاق على: ضرورة توفير المنشأت والتجهيزات المناسبة للتربية البدنية والرياضة، وذلك من خلال:

- توفير وإقامة المرافق والتجهيزات الملائمة على نطاق يتيح اشتراك أكبر عدد ممكن من الأفراد فى مناشط برامج التربية البدنية والرياضة داخل وخارج المؤسسات التعليمية.
- تتضافر جهود الحكومات والمؤسسات التعليمية بجميع مستوياتها والمؤسسات المختصة بالمجال التربوى والرياضى من أجل تخطيط وإقامة المنشآت والتجهيزات واستخدامها على الوجه الأمثل فى مجال التربية البدنية والرياضة.

- أن تلبى خطط تنمية المناطق الحضرية والريفية احتياجات التربية البدنية والرياضة فى مجال المنشآت والتجهيزات، مع مراعاة الانتفاع الجيد بما تتيحه البيئة الطبيعية من إمكانات.

وتؤكد المادة التاسعة من الميثاق على أن للمؤسسات الوطنية (الأهلية) دور رئيسى فى التربية البدنية والرياضة وذلك من خلال:

- أن تعمل السلطات على جميع مستوياتها وكذلك الهيئات المتخصصة على تعزيز المناشط المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة. كما ينبغى أن يتمثل دورها فى تطبيق القوانين واللوائح وتوفير المعونات المالية التى تتطلبها هذه المناشط.
- ينبغى لجميع المؤسسات المسئولة عن التربية البدنية والرياضة العمل على بذل جهود مترابطة وشاملة ولا مركزية فى إطار التربية المستديمة، وذلك من أجل التنسيق بين المناشط البدنية الإلزامية والمناشط البدنية التى تمارس بصورة تلقائية.

وكذلك تنص المادة العاشرة والأخيرة فى الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة على أن التعاون الدولى يعُد شرطا أساسيا لتحقيق التنمية الشاملة والمتوازنة للتربية البدنية والرياضة، وذلك من خلال:

- ينبغى للدول والمنظمات الدولية والإقليمية التى تضطلع بمسئولية التربية البدنية والرياضة أن تولى أهمية أكبر للتربية البدنية والرياضة فى مجال التعاون الثنائى والتعاون المتعدد الأطراف.
- توجيه دوافع التعاون الدولى نحو تعزيز التنمية الذاتية فى مجال التربية البدنية والرياضة.
- التعاون والدفاع عن المصالح المشتركة فى مجال التربية البدنية والرياضة لاعتباره بمثابة لغة عالمية ووسيلة تسهم من خلالها الشعوب فى استتباب السلام الدائم والاحترام المتبادل والصداقة، وفى تهيئة مناخ يساعد على حل المشكلات الدولية. كما يسهم التعاون الوثيق بين كل

من الهيئات الحكومية وغير الحكومية فى تنمية التربية البدنية والرياضة فى العالم.

وفى المؤتمر الأوروبى الرابع للوزراء المسئولين عن الرياضةLe Conférence Européenne des Ministres Responsables du Sport الذى عقد فى مايو (١٩٨٤) بمدينة مالطة Malte تم الإشارة إلى وجود ملايين من الأفراد من فئات أو درجات اجتماعية classes sociales مختلفة لم تتح لهم الفرصة الكاملة لممارسة النشاط الرياضى، وذلك كفئات المعاقين Handicapés، والمهاجرين émigrés. والمزارعين Paysans، والمرأة Femme، وكبار السن Per- sonnes âgées ولذا أكد المجتمعون على أهمية تضافر الجهود والتعاون الدولى بين المنظمات والهيئات والجمعيات التى تهتم بهذه الفئات وبين مثيلتها التى تهتم بالرياضة للجميع، وذلك حتى يمكن إتاحة الفرصة لهؤلاء الأفراد من الفئات المختلفة لممارسة مناشطها.

وفى الاجتماع الرابع للجنة الحكومات للتربية البدنية والرياضة الذى عقد فى باريس فى الفترة من ٩-١٦ أكتوبر ١٩٨٤، أعلنت اللجنة عن رضائها عن موافقة المؤتمر العام الثانى والعشرين لليونسكو (UNESCO) على مشروع تنظيم الأسبوع العالمى الأول للياقة البدنية والرياضة للجميع ضمن إطار «العام الدولى للشباب» وأوصت الدول الأعضاء بها إلى اتخاذ مايلى:

- تنظيم الأسبوع العالمى الأول للياقة البدنية والرياضة للجميع على المستوى المحلى وبصورة تطوعية، استنادا إلى مبادئ الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة.
- العمل على دعم التعاون بأفضل صورة بين كافة الجهات القادرة على الإسهام فى تحقيق أهداف الأسبوع العالمى الأول للياقة البدنية والرياضة للجميع.
- إضفاء نوع من التوافق بين مُثل الرياضة الدولية من جانب والتقاليد

الوطنية والإقليمية والمحلية من جانب آخر وبأسلوب يساير الخصائص المميزة لكل مجتمع.

- التركيز على حاجات وامكانات مختلف المجموعات أو الفئات الشعبية، والتأكيد على أن الرياضة للجميع تعمل على الاهتمام بالأفراد وبالمجموعات، وذلك لاستثارة دافعيتهم واهتماماتهم بالرياضة وبالترويح عنهم.
- الاستخدام الأمثل لكافة الإمكانات المتاحة لنشر المعلومات من خلال التليفزيون ووسائل الإعلام الأخرى مثل المعارض وحلقات المناقشة والمناسبات الثقافية والشعبية والمسابقات الفنية التى تركز جميعها على موضوع التربية البدنية والرياضة.
- التعاون بين الدول فى مجال تبادل المعلومات والخبرات التى تحتاجها فى هذا المجال.

كما انبثق من المؤتمر الدولى الأول عن الرياضة للجميع والذى عقد بمدينة فرانكفورت (Frankort) بالمانيا وذلك فى عام (١٩٨٦م) أهم المبادئ التالية:

١- الرياضة للجميع هى رياضة لكل الأجناس والأعمار والفئات.

٢- تنبثق الرياضة للجميع من الثقافات والعادات والتقاليد التى تميز المجتمعات عن بعضها.

٣- يجب أن تتمشى برامج الرياضة للجميع مع الواقع الاقتصادى للدولة ومع الإمكانات المادية المتاحة.

٤- يجب أن تتمشى برامج الرياضة للجميع مع البيئة المناخية والطبيعة الجغرافية للمجتمع والبناء الاجتماعى للدولة.

٥- يجب أن تهتم الرياضة للجميع باشتراك المرأة فى ممارسة المناشط الرياضية.

٦- يجب أن تُشكل الرياضة للجميع جزءا من حياة الانسان العصرى.

٧- يجب أن تكون الرياضة للجميع اقتصادية وقليلة التكلفة فى ممارستها.

٨- يجب بناء برامج الرياضة للجميع وفقا للأسس والمعايير العلمية.

٩- ضرورة تبادل الخبرات بين الدول المختلفة.

وفى المؤتمر الثانى للوزراء وكبار المسئولين عن التربية البدنية والرياضة والذى عقد فى موسكو فى الفترة من ٢١- ٢٥ نوفمبر ١٩٨٨ أكد المؤتمر على ما يلى:

١- ينبغى لتعزيز التربية البدنية والرياضة مراعاة ما يلى:

* أن تكون التربية البدنية والرياضة جزءا لايتجزأ من تصميم النظم التعليمية فى كل دولة.
* الاسترشاد بالمعايير العلمية للتدريب الرياضى للوفاء بحاجات مختلف فئات العمر، أى من مرحلة ما قبل المدرسة وحتى المرحلة الجامعية، وذلك حتى يمكن تكوين الفرد تكوينا متكاملا وتأمين مشاركته التامة فى حياة المجتمع.
* أن تكون التربية البدنية والرياضة موضوع سياسات وطنية مسبقة بغرض بناء برامج وتوفير مناشط واسعة النطاق وتتميز بالتنوع، سواء كان ذلك فى المؤسسات التعليمية أو خارجها، لتحقيق مبدأ التكامل انطلاقا من منظور التربية المستديمة.
* أن تحظى التربية البدنية والرياضة بمرتبة من الأولوية أو من الأهمية ترقى إلى المستوى الكافى فى توزيع الموارد الوطنية بما يضمن عملية تمويل برامجها ومناشطها. إذ ينص الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة فى مادته الثانية على أنه ينبغى لكل نظام تعليمى شامل أن يفسح المكانة والأهمية للتربية البدنية والرياضة لتحقيق التوازن ودعم الروابط بين المناشط البدنية والعناصر التربوية الأخرى.

* تشجيع وضع واستخدام وسائل قياس موحدة لتقويم اللياقة البدنية لتلاميذ المدارس.

* توفير الأجهزة والأدوات للنهوض بالتربية البدنية والرياضة فى المدارس والجامعات.

* ينبغى بذل المزيد من الجهود المضنية حتى تتوافر لطلبة المدارس والجامعات الإنشاءات والأجهزة الرياضية المناسبة للاحتياجات التى تلبى متطلبات ممارستهم المنتظمة لمناشط التربية البدنية والرياضة مع الاهتمام بالمنشآت متعددة الاستخدام (Multi-Use).

٢- تعزيز الرياضة للجميع باعتبارها بعدا أساسيا من أبعاد نوعية الحياة، وتوسيع نطاقها بحيث تشمل جميع فئات المواطنين، وذلك من خلال:

* اعتماد التدابير المالية من أجل تعزيز الرياضة للجميع، ابتداء من المدرسة بهدف تعميم ممارسة الرياضة مدى الحياة.

* مساهمة الرياضة للجميع فى حل بعض المشكلات الأساسية التى يواجهها الأفراد والمجتمع والمرتبطة بزيادة وقت الفراغ، والتطور التكنولوجى الذى يدفع الفرد إلى العزلة عن بيئته الطبيعية، والتغيرات التى تطرأ على العلاقة بين العمل والترويح.

* الاهتمام بالسباقات والرياضات كسباقات الماراثون، اختراق الضاحية، التزحلق، وكذلك الاهتمام بأوجه نشاط اللياقة البدنية.

* الاهتمام برياضة الأطفال والشباب وكبار السن والمعاقين وكذلك الاهتمام برياضة المرأة.

* أن تقترن برامج الرياضة للجميع بمناشط التربية والتوعية التى تستهدف تحسين نوعية الحياة، وذلك من خلال إكساب الممارسين لأوجه مناشطها أنماط السلوك السوى وتحقيق التوازن البدنى والنفسى لهم والابتعاد عن استهلاك الكحول والتبغ واستخدام المنشطات (Doping)، وكذلك تحسين المعرفة بالبيئة الطبيعية وبالتراث الثقافى.

* التأكيد على أن لكل إنسان حقا أساسيا فى ممارسة التربية البدنية والرياضة لتنمية شخصيته.

* إتاحة المناشط التى تنطوى على الحركة والترويح للمساهمة فى الحفاظ على الصحة وتطويرها ولاستثمار أوقات الفراغ ولزيادة قدرة الفرد على مواجهة متاعب الحياة العصرية.

* التأكيد على الطبيعة الشاملة لمفهوم الرياضة للجميع الذى يشمل صورا عديدة ومتنوعة تتراوح بين النشاط الرياضى للترويح ورياضة المنافسات أو المباريات.

* اعتبار التربية البدنية والرياضة وسيلة هامة لتعزيز التفاهم الدولى والاحترام المتبادل والصداقة والتعاون بين الشعوب.

* التأكيد على أن حق النساء فى ممارسة الرياضة يعُد جزءا من حقهن فى التعليم.

* الإقتناع بأن التربية البدنية والرياضة تشكلان وسيلة ممتازة لإعادة الدمج للفئات الهامشية اجتماعيا.

* تشجيع التعاون الدائم على كافة المستويات بين السلطات العامة والمنظمات الرياضية الطوعية بقصد إتاحة الانتفاع بالتربية البدنية وممارسة الرياضة وزيادة المشاركة الفعلية فيهما لجميع فئات السكان، ولاسيما المعاقين بدنيا وعقليا ولأكثر الفئات حرمانا من ممارسة النشاط الرياضى.

* العمل على توسيع ممارسة المناشط البدنية والرياضية لتشمل الفتيات والنساء وبما يتفق مع أحكام اتفاقية الأمم المتحدة بشأن القضاء على جميع أشكال التمييز ضد المرأة (١٩٧٩) وتنفيذ توصيات المؤتمر العالمى لدراسة وتقويم منجزات عقد الأمم المتحدة الخاصة بالمرأة (١٩٨٥).

* تعزيز تبؤ المرأة مناصب المسئولية فى مجال إدارة الرياضة.

* تشجيع تنمية الألعاب وأنواع الرياضة التقليدية بوصفها من مقومات الرياضة للجميع، وذلك فى إطار العقد العالمى للتنمية الثقافية.

* حث وسائل الاتصال الجماهيرية على الإسهام بقدر أكبر وبصورة أكثر انتظاما فى تنمية المناشط المختلفة للرياضة للجميع.

* وضع الاستراتيجية واتخاذ التدابير اللازمة للنهوض بالتربية البدنية والرياضة وذلك على الصعيد الوطنى.

* إعطاء أولوية متزايدة للتربية البدنية والرياضة فى المدارس والجامعات.

* تقديم المساندة من قبل منظمة الأمم المتحدة للتربية وللعلوم وللثقافة (UNESCO) بالتعاون مع الحركة الأولمبية لتنمية المباريات المدرسية والجامعية على المستوى الوطنى، والإقليمى والدولى، وكذلك تقديم الدعم من قبل المنظمة إلى الدول الأعضاء بها بشأن تصميم البرامج الوطنية للتربية البدنية والرياضة ومتابعتها وتقويم مختلف جوانبها، وذلك بناء على طلبها لذلك.

٣- صون القيم الأخلاقية للرياضة والوقاية من التأثيرات الضارة بالرياضة، وذلك من خلال التأكيد على مايلى:

* صون وتعزيز أخلاقيات الرياضة القائمة على احترام الغير وفقا لروح الميثاق الأولمبى.

* مراعاة أن التربية البدنية والرياضة يشكلان أداة رئيسية للتفاهم الدولى والتقدير المتبادل والتسامح.

* محاربة جميع أشكال التمييز العنصرى والسياسى والدينى والتأثيرات التجارية التى تسيئ إلى الرياضة والمنظمات والهيئات الرياضية. وكذلك تشجيع المنظمات الوطنية على ضمان تخصيص جزء من الدعم المالى الخاص للتنمية العامة للرياضة والمناشط البدنية.

* تعزيز الروح الرياضية وتشجيع المنافسة الشريفة ونشر المبادئ التى تعبر عن المثل الأعلى الاولمبى، من خلال المؤسسات التعليمية والنادى الرياضى ووسائل الاتصال ومن خلال إيضاح معنى الرياضة للتلاميذ وما تهدف إليه قيمها الأخلاقية وكذلك من خلال تقديم الأندية ووسائل الاتصال صورة مثالية للمسابقات الرياضية.
* إضافة احترام الروح الرياضية إلى معايير تقويم نتائج المباريات التى تنظم للشباب فى السن المدرسية.

٤- إسهام القيم الرياضية فى خدمة المجتمع والسلام والتفاهم العالمى، وذلك من خلال التأكيد على المبادئ التالية:

* اسهام الرياضة فى جهود الدول والشعوب نحو تدعيم السلام والتفاهم الدولى وإرساء أسس التعاون وتنمية علاقات الصداقة فيما بينها، إذ تُعد الرياضة عاملا ممتازا للتفاهم الدولى والتقارب بين الشعوب.
* تشكل التربية البدنية والرياضة جزءا متمما للبرامج الشاملة الخاصة بالشباب وذلك من منظور التربية المستديمة، وتعزيز السلام والتفاهم الدولى وكذلك احترام حقوق الإنسان والحريات الأساسية وتضامن المجتمعات والشعوب والحرص على أهداف التقدم والتنمية.
* تقدير دور التربية البدنية والرياضة ومكانتها فى إطار العقد العالمى للتنمية الثقافية.
* تشكيل الألعاب الأولمبية لنظام فريد من حيث القدرة على تعزيز السلام والتفاهم والنوايا الحسنة على الصعيد الدولى، وبذلك يتم تيسير ممارسة الرياضة وفقا للمبادئ التى نص عليها الميثاق الأولمبى فيما يرتبط بعدم التمييز بين الممارسين، والروح الرياضية، والصداقة والاحترام بين الأفراد والشعوب.

٥- تضييق الفجوة بين الدول فى مجال التربية البدنية والرياضة وذلك من خلال:

* تنسيق الجهود بين منظمة الأمم المتحدة للتربية وللعلوم وللثقافة والمنظمات الدولية المختلفة القارية أو الإقليمية التى تستهدف النهوض والارتقاء بالتربية البدنية والرياضة وتعزيزهما من أجل إلغاء الفوارق بين البلدان النامية والبلدان المتقدمة.

* مساهمة الصندوق الدولى فى تنمية التربية البدنية والرياضة وفى توجيه التعاون الدولى وفقا لاحتياجات الدول والمناطق الأقل تقدما.

* التنسيق بين مختلف برامج التعاون الثنائية والمتعددة الأطراف وتعزيز الجهود من أجل التضامن الدولى فى مجال التربية البدنية والرياضة.

٦- التعاون الدولى ودور منظمة الأمم المتحدة للتربية وللعلوم وللثقافة فى الارتقاء بالرياضة للجميع، وذلك من خلال:

* اعتبار منظمة الأمم المتحدة للتربية وللعلوم وللثقافة هى أنسب إطار لتحقيق التعاون المتعدد الأطراف فى مجال التربية البدنية والرياضة.

* التعاون الموسع بين منظمة الأمم المتحدة للتربية وللعلوم وللثقافة والحركة الأولمبية من جهة والصندوق الدولى لتنمية التربية البدنية والرياضة والتضامن الأولمبى من جهة أخرى.

* زيادة التعاون الفكرى والتقنى والمالى بين الدول وذلك من خلال:

- إنشاء نظام دولى لتجميع وترجمة ونشر المعلومات المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة.

- وضع خطة للأبحاث العلمية المقارنة فى مجال التربية البدنية والرياضة.

- وضع برامج لتبادل الرياضيين من الشباب بين الدول المختلفة.

- النهوض بالألعاب والرياضات التقليدية لتنمية المعارف بين الثقافات المختلفة للدول.

- اعداد مشروعات مشتركة ثنائية أو متعددة الأطراف بين الدول وبالتعاون مع التضامن الاولمبى لتنمية الرياضة للجميع.

ومن أهم الاهتمامات العالمية بالرياضة للجميع تأسيس الاتحاد* الدولى للرياضة للجميع فى ٣/٤/١٩٨٢ بمدينة ستراسبورج Strasburg بفرنسا وتشكيل مجلس إدارته فى يوم ٢٤ فبراير ١٩٨٣. ويتكون مجلس إدارة الاتحاد من (٢٢) عضوا يُختارون لمدة أربع سنوات وهم يمثلون أعضاء كل من:

- المكتب التنفيذى Executive bureau
- نواب الرئيس لشئون القارات.
- مجلس الإدارة والمتعاونين Board of directors members and cooperatives.
- مستشار اللجان Committees advisors.

ويضم المكتب التنفيذى المنبثق عن مجلس إدارة الاتحاد الدولى للرياضة للجميع تسعة أعضاء يمثلهم كل من:

- الرئيس.
- النائب الأول للرئيس The First Vice President
- ثلاثة نواب للرئيس.
- السكرتير العام The General Secretary.
- نائب السكرتير العام.
- أمين الصندوق The Treasurer.
- نائب أمين الصندوق.

* Fédération Internationale du Sport pour Tous.

كما تتضمن لجان الاتحاد سبع لجان Commissons وفقا للتخصصات التالية:

- لجنة التدريب والقيادة.
- لجنة المسابقات الرياضية.
- لجنة المؤتمرات والبحوث.
- لجنة العلاقات العامة.
- اللجنة الإعلامية.
- لجنة الرياضة والسياحة.
- لجنة الألعاب.

بينما نواب الرئيس لشئون القارات Vices Presidents For Continents Affairs يمثلون مايلى:

- الاتحادات القارية Continental Confederations.
- أوقيانوسيا Oceania.
- أمريكا الجنوبية.
- أمريكا الشمالية.
- أسيا.
- أفريقيا.
- أوروبا.

ومن جانب آخر فقد حدد الاتحاد الدولى للرياضة للجميع أهم الأهداف التى يسعى إلى تحقيقها، وذلك وفقا لما يلى:

- التعاون المثمر بين الهيئات الأهلية والدولية لزيادة الرغبة لدى الجماهير لممارسة الرياضة.
- تطوير الرياضة للجميع وتعريفها لجميع دول العالم.

- تجميع ومعالجة ونشر وتوزيع الوثائق المرتبطة بالمشاكل الاجتماعية المعاصرة contempory social problems
- تنظيم الدورات التدريبية training course للعاملين فى مجال الرياضة للجميع.
- تنظيم الندوات والمؤتمرات والمهرجانات الأهلية والدولية مع العمل على تطوير السياحة الرياضية Sport Tourism بشكل عام.
- رفع مستوى البرامج وتوفير أكبر عدد ممكن من قادة الرياضة الترويحية recreational sport's leaders على المستوى العالمى.
- تطوير الدراسات الطبية والعلمية والأبحاث التى تتناول ممارسة الرياضة للجميع بالدراسة.
- العمل على توفير الهيئات التطوعية التى ترعى الرياضة للجميع.
- المساعدة فى إقامة المعسكرات الدولية international camps للرياضة للجميع.
- الاستفادة من وسائل الإعلام بالشكل الأمثل لنشر ودعم مناشط الرياضة للجميع.
- العمل على توفير المزيد من التسهيلات facilities المرتبطة بالرياضة للجميع.

ويعتمد الاتحاد على ثلاث لغات رسمية للتحدث بها وهى اللغة الإنجليزية واللغة الفرنسية واللغة العربية.

أما على المستوى العربى فقد تأسس بمقر جامعة الدول العربية بمدينة القاهرة اتحاد رياضى عربى باسم الاتحاد العربى للرياضة للجميع وذلك فى اليوم الخامس من شهر رجب (١٤١٣هـ) الموافق ٢٩ ديسمبر (كانون أول) (١٩٩٢م) ومقره مدينة القاهرة.

وتتكون الجمعية العمومية للاتحاد العربى للرياضة للجميع مما يلى:

- ممثلين عن الاتحادات والهيئات المعتمدة فى الأقطار العربية المنتسبة للاتحاد حسب الطرق الرسمية.
- لكل دولة عربية عضو فى جامعة الدول العربية الحق بالانتساب إلى الاتحاد بعضوية واحدة.
- أعضاء المكتب التنفيذى.

* يحضر اجتماعات الجمعية العمومية بصفة مراقب ممثل عن كل من:
- الأمانة الفنية لمجلس وزراء الشباب والرياضة العرب.
- الاتحاد العربى للألعاب الرياضية.
- الاتحاد العربى للتربية البدنية والرياضة.
- اتحاد المنظمات الشبابية العربية.
- الاتحاد العربى للرياضة العسكرية.
- الاتحاد العربى الرياضى للشرطة.
- الاتحاد العربى للطب الرياضى.
- الرابطة العربية للصحافة الرياضية.
- المنظمة العربية للتربية والثقافة والعلوم.
- الاتحاد العربى لرياضة المعاقين.
- أية اتحادات عربية رياضية نوعية قد تنشأ مستقبلا وترغب فى الانضمام للاتحاد.

ولقد تحددت أهداف الاتحاد العربى للرياضة للجميع فى الأهداف التالية:
- نشر الثقافة البدنية والرياضية والصحية التى تحقق السلامة والكفاية والتعريف بها فى الوطن العربى.
- تحقيق التعاون بين الأقطار العربية فى المجالات الهادفة إلى نشر مبادئ وأهداف الرياضة للجميع.

- إجراء ودعم البحوث والدراسات والتأليف والنشر والترجمة والتوثيق والإعلام فى مجالات الرياضة للجميع.
- توحيد المواقف بين الأجهزة الرياضية العربية المعنية بالرياضة للجميع لدى المحافل القارية والإقليمية والدولية المعنية بذلك.
- توطيد الصلات مع الهيئات والاتحادات القارية والإقليمية والدولية المعنية بالرياضة للجميع.
- إصدار النشرات والكتب والدراسات التى ترسخ الثقافة الخاصة بالرياضة للجميع.
- السعى لدى الجهات المختصة فى الدول العربية إلى إنشاء اتحادات أو هيئات وطنية للرياضة للجميع.

أما اختصاصات الاتحاد العربى للرياضة للجميع فقد تحددت وفقا لمايلى:

- إقامة الملتقيات والندوات وحلقات البحث الخاصة بالرياضة للجميع.
- العمل على إقامة المهرجانات والتظاهرات الرياضية المفتوحة.
- إعداد القيادات المختصة بمجال الرياضة للجميع وتشجيع الرغبة التطوعية لديها.
- وضع اللوائح والنظم لإقامة نشاطات الرياضة للجميع.
- تشجيع إقامة المنشآت البسيطة الصالحة لممارسة الرياضة للجميع.
- إحياء إقامة الألعاب الشعبية العربية.

كما يهتم مجلس وزراء الشباب والرياضة العرب بدعم حركة الرياضة للجميع، وفى اجتماعه العشرين الذى عقد بمقر جامعة الدول العربية بالقاهرة فى فبراير (١٩٩٧م) قرر المجلس تحديد يوم ٢٣ مارس من كل عام ليكون يوما للرياضة للجميع تحتفل به الدول العربية.

التراكمات والتحديات التى تواجه الرياضة للجميع

لقد اتضح من دراستنا لمفهوم الرياضة للجميع ولدوافع ممارسة مناشطها وأشكالها المختلفة ولتطور حركتها أنها ترتكز على العديد من الحاجات الشخصية والعديد من الحاجات المرتبطة بالمجتمع بغرض تطوير الحالة البدنية والصحية للأفراد وتنمية الاقتصاد القومى. وكذلك يرتبط نجاح حركة الرياضة للجميع بالتنظيمات السائدة فى المجتمع وبالدعامات المالية والتنظيمة والقانونية التى يساند بها المجتمع تلك الحركة.

وبالرغم من انتشار حركة الرياضة للجميع وتطورها فى الدول المتقدمة وفى العديد من الدول النامية إلا أنها ما زالت تواجه العديد من التراكمات والتحديات التى تواجه وتعوق مسيرة تقدمها وانتشارها فى العديد من الدول أو تؤدى إلى عدم تحقيق أهدافها المرجوة.

ويشير ببير سوران Pierre Seurin إلى أن هناك العديد من التحديات التى تواجه حركة الرياضة للجميع وتعوق انتشارها فى العديد من دول العالم، وحتى فى الدول المتقدمة، ومن أهمها التحديات التالية:

- عدم إدراك العديد من الحكومات والهيئات والمؤسسات الحكومية لأهمية الرياضة للجميع للجانبين الإنسانى والاجتماعى.
- الأمية التى تواجهها الرياضة للجميع والمفاهيم الخاطئة (Missconceptions) المرتبطة بها، مما يؤدى إلى عدم إدراك نسبة مرتفعة من الأفراد فى جميع أنحاء العالم لقيم ولأهمية الرياضة للجميع فى حياة الفرد والمجتمع.
- المشكلات الاقتصادية والاجتماعية التى تواجهها العديد من الدول النامية كمشكلات الغذاء والإسكان والتعليم، مما يؤدى إلى عدم اهتمام الدول بدعم ميزانيات الرياضة للجميع.
- النقص الهائل فى المنشآت والتسهيلات والأجهزة والأدوات الرياضية فى مجال الرياضة للجميع، مما يؤدى إلى عدم ممارسة كافة الطبقات الاجتماعية لأوجه مناشطها.

- عدم توفر القيادة المتخصصة فى مجال برامج الرياضة للجميع وفى التخطيط لمشروعاتها، وذلك من حيث الكم والكيف.
- عدم اهتمام وسائل الإعلام بالرياضة للجميع والعمل على الدعاية والإعلان عنها، وتركيز وسائل الإعلام على الدعاية للرياضة التنافسية.
- تأثر الأفراد بالدعايات والإعلانات التجارية التى تعلن عن توفير مستوى بدنى وصحى لائق للأفراد من خلال استخدام الأجهزة المعلن عنها وذلك دون بذل أى مجهود بدنى.
- عدم التنسيق الجيد بين الهيئات والمنظمات المهتمة بالرياضة (Sport) وبالصحة (Health) وبأوقات الفراغ (Leisure Times) وبالترويح (Recreation) مما يؤدى إلى عدم تضافر جهود تلك الهيئات فى تحقيق الأهداف المرجوة من الرياضة للجميع بطريقة مرضية.

ويشير كل من جون بولى John Pooley وكارول بولى Karol Pooley إلى وجود سببين رئيسيين وراء المشكلات والتحديات التى تواجه الرياضة للجميع، وهما:

- عدم اهتمام النظم السياسية ببرامج الرياضة للجميع وذلك على المستوى القومى أو عدم إعطائها الأولوية فى الاهتمام بها.
- إعطاء الدول أولوية الاهتمام بالرياضة التنافسية وذلك من خلال توفير الدعم المالى والحكومى لمناشطها وتركيز وسائل الإعلام للدعاية لمسابقاتها.

وكذلك يرى شوفاليه موليه (Chevalier Mollet) أن تنمية الرياضة للجميع تواجه العديد من المشكلات والتحديات والتى تتمثل فى:

- شيوع المفاهيم الخاطئة (Missconceptions) عن الرياضة للجميع.
- عدم إدراك قيمة أهداف الرياضة للجميع والفوائد التى تعود على الأفراد من ممارسة أوجه نشاطها المختلفة والتى تتميز بالتنوّع.
- قلة الإمكانات المتوفرة لممارسة أوجه نشاط الرياضة للجميع.
- النقص فى توفر القيادات المتخصصة فى مجال الرياضة للجميع.

- عدم اهتمام الحكومات بتوفير الدعم المادى لبرامج الرياضة للجميع.
- قلة اهتمام وسائل الإعلام بالدعاية للرياضة للجميع وبتقديم برامجها.

كما يشير جالبا Jalba إلى أن تطور حركة الرياضة للجميع تواجه العديد من التحديات أو المعوقات، ولقد حدد أهمها فيما يلى:

- عدم كفاية الإمكانات لتنفيذ مشروعات الرياضة للجميع.
- النقص فى كم وكفاءة القيادات المتخصصة فى المجال.
- عدم اهتمام وسائل الاتصال الجماهيرى بالدعاية والاعلان عن أهمية مناشط الرياضة للجميع فى الوقت المعاصر.
- قلة الدعم الحكومى لمشروعات الرياضة للجميع.

ويرى محمد فضالى أن أكبر التحُديات أو المعوقات التى تواجه انتشار أو تطوير حركة الرياضية للجميع هى:

- شيوع المفاهيم الخاطئة عن ماهية وأهمية وفلسفة الرياضة للجميع، مما أدى إلى عدم الاهتمام بها.
- عدم توفر الدعم المادى والموازنات المالية اللازمة لتوفير المنشآت والتجهيزات والأدوات الرياضية ولتوفير ساحات اللعب والوفاء بأجور ومكافآت القيادات العاملة فى مجال مشروعات الرياضة للجميع.
- الاهتمام المتزايد برياضة المستويات العالية التى تهتم بتوفير فرصة ممارسة الرياضة لعدد محدود من الأفراد، وذلك إلى جانب عدم اهتمامها بجميع أنواع الألعاب والرياضات.

بينما أوضح نجم الدين السهرورى أن هناك العديد من المشكلات والتحديات التى تواجه الحركة الرياضية الحديثة فى الوطن العربى، ولقد أشار إلى أهمها فيما يلى:

- عدم إدراك الحكومات لأهمية الرياضة فى المجتمع، وأن ذلك يمثل مشكلة عدم الاهتمام بالجانب المعرفى.

- العجز فى تحقيق وتنفيذ مشروعات الرياضة لعدم توفر الدعم المادى من قبل الهيئات الحكومية، وذلك يمثل مشكلة اقتصادية.
- عدم اشتقاق أصول مصادر التشريعات القانونية فى مجال الرياضة من حاجات الأفراد ومن متطلبات المجتمع العربى، وذلك يمثل مشكلة تشريعية.
- عدم التنسيق بين المؤسسات والهيئات الرياضية التى تسعى إلى تحقيق أهدافها المتشابهة، وذلك يمثل مشكلة تنظيمية.
- اهتمام المؤسسات والهيئات الرياضية بتحقيق الفوز والبطولات الرياضية فى مجال رياضة المنافسات وإهمال التوسع فى تنفيذ مشروعات الرياضة للجميع.
- غياب اللقاءات العربية على الصعيدين الفكرى والثقافى لدعم الحركة الرياضية فى الوطن العربى، وذلك يمثل مشكلة ترتبط بالتخطيط القومى والعربى.
- إهمال الرياضة المدرسية وما يرتبط بها من منشآت وأدوات ومرافق ومناشط مختلفة، وذلك يمثل مشكلة ترتبط ببناء مستقبل أفضل.
- عدم الاهتمام بمعلمى التربية البدنية المدرسية على مستوى التعليم العام مما أدى إلى عزوف الشباب عن الالتحاق بالدراسة للعمل فى المهنة.
- عدم الاستثمار الجيد للمؤسسات وللأندية وللمنشآت الرياضية فى تحقيق أهداف تلك الحركة الرياضية الحديثة.
- غياب القيادات الواعية والمتخصصة فى مجال الرياضة والقادرة على الإبداع وأحداث التغيير النوعى والكمى والتحول التنموى، وهو يمثل مشكلة ترتبط بالجانب القيادى.
- غياب مراكز البحث العلمى المهتمة بالمجال الرياضى.
- اعتماد القيادات الرياضية على سياسات الاحتراف مما يقضى على روح الهواية فى مجال الرياضة.

وكذلك أشار عبد الرحمن سيار إلى أهم المعوقات العامة التى تواجه حركة الرياضة للجميع فى دولة البحرين، وهى وفقًا لما يلى:

- قلة الوعى بأهمية الرياضة للجميع.
- عدم اهتمام وسائل الإعلام ببرامج الرياضة للجميع.
- قلة الاهتمام من قبل الأندية الرياضية ببرامج الرياضة للجميع.
- عدم توافر وقت الفراغ لدى المواطنين.
- الارتباطات العائلية.
- قلة المنشآت والتجهيزات الرياضية.
- المشكلات الصحية.
- عدم توافر الرغبة والدافع لممارسة مناشط الرياضة للجميع.
- قلة البرامج الرياضية التثقيفية.
- نقص المدربين المتخصصين فى مجال الرياضة للجميع.

وفى التقرير المقدم من الاتحاد الدولى للتربية البدنية (FIEP) إلى منظمة اليونسكو (UNESCO) فى يوليو ١٩٧٧ إشارة إلى أهم التحديات أو المعوقات التى تواجه تطوير التربية البدنية والرياضة فى دول العالم الثالث Pays du Tiers-Monde وهى:

- انخفاض مستوى المعيشة: لا تحظى التربية البدنية والرياضة بالاهتمام من قبل الأفراد الذين يعانون من عدم التغذية الجيدة، ومن التأخر الثقافى، إذ ينصب اهتمامهم على تهيئة سبل الحياة المناسبة لأنفسهم.
- ارتفاع نسبة الشباب فى التعداد السكانى Le fort pourcentage de jeunes: يؤدى إلى زيادة الإقبال على التعليم، مما يؤدى بدوره إلى زيادة كثافة الفصل الدراسى إلى ما قد يقرب من (١٠٠) متعلم وإلى استخدام نظام الفترتين الدراسيتين régime d'étude à mi-temps، ومن

ثم لاتتاح الفرصة المناسبة للمتعلمين للاستفادة من دروس التربية البدنية ومن التخطيط لمناشط التربية البدنية المدرسية والرياضة، وكذلك من الاستثمار الجيد لأوقات الفراغ لدى هؤلاء المتعلمين.

- النقص الواضح l'insuffisance très nette فى أعداد nombre ونوعية qualité معلمى التربية البدنية.
- إضطرار معلمى التربية البدنية للبحث عن عمل ثان second métier لمواجهة أعباء الحياة المادية لعجز رواتبهم عن الوفاء بها، أو اضطرارهم إلى التسرب من المهنة والبحث عن عمل فى مجالات أو مهن أخرى.
- المفهوم الخاطىء الذى يؤدى إلى اهتمام الحكومات والشعوب بالرياضة التنافسية وإهمال التربية البدنية المدرسية والرياضة للجميع.
- كثرة التغير الوظيفى للمسئولين والمتخصصين فى مجال التربية البدنية والرياضة أو إصدار القرارات المرتبطة باستبعادهم من وظائفهم، انما يؤدى إلى عدم تحقيق الاستقرار فى متابعة الخطط والبرامج القومية Programmes Nationnaux المرتبطة بهما.
- كثرة التغييرات فى المناصب الوزارية وما يتبعها من تغيير المسئولين العاملين مع هؤلاء الوزراء يؤدى إلى عدم الاستقرار فى الإشراف على المشروعات الطويلة أو المتوسطة المدى Projets à long ou moyen terme المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة.

ويشير بيير أريك Pierre Eireck إلى أهم المشكلات العامة فى دول العالم الثالث ومكانة التربية البدنية والرياضة فى نظمها الاجتماعية، ولقد حدد ذلك فى:

أولا : الانفجار السكانى:

أشار أريك إلى أن الإحصائيات التنبوئية تتوقع أن يصل عدد سكان العالم الثالث إلى ما يقرب (٦,٥٠) مليار نسمة وذلك فى عام (٢٠٠٠م). وأن هذا العدد من المتوقع أن يمثل نسبة (٥٠٪) من مجموع سكان العالم كله فى ذلك العام.

كما أن الإحصائيات تشير إلى أن نسبة (٦٠٪) من سكان العالم الثالث هم من الأفراد دون السادسة عشرة من العمر، وكذلك تشير إلى أن عدد العاطلين عن العمل يقدر بـ (١٥٠) مليون فرد تقريبًا.

ولذا فإن دول العالم الثالث تواجه العديد من المشكلات المرتبطة بالمجال التعليمى وبالمجال الاقتصادى والاجتماعى وبالمجال الصحى، وأن تلك المشكلات ناتجة عن الإنفجار السكانى.

ثانيا: مكانة التربية البدنية والرياضة فى النظام الاجتماعى لدول العالم الثالث:

تمثل مكانة التربية البدنية والرياضة فى النظام الاجتماعى لدول العالم الثالث إحدى المشكلات التى تواجه هذه المجتمعات النامية، وفى الوقت ذاته لا تحظى بالمكانة الأولى فى قائمة الأولويات فى برامج النهوض بالدول النامية.

ويرى إيريك أن المشكلات الناتجة عن كل من الإنفجار السكانى وتأخير أولية مكانة التربية البدنية والرياضة فى النظام الاجتماعى لدول العالم الثالث، قد أدى إلى فرز العديد من المشكلات أو التحديات فى مجال التربية البدنية والرياضة، والتى من أهمها ما يلى:

- عدم النص فى دستور البلاد على أن ممارسة مناشط التربية البدنية والرياضة يُعد حقًا أساسيًا يجب أن يتمتع به كل فرد فى المجتمع.
- عدم توفر الدعم المادى المناسب للنهوض بالتربية البدنية والرياضة فى المجتمع وذلك من قبل الهيئات الحكومية والأهلية.
- الأمية التعليمية والأمية الرياضية وانتشار المفاهيم الخاطئة عن التربية البدنية والرياضة.
- نقص عدد الأندية الرياضية بالمقارنة بالعدد المتزايد والمتنامى للشباب.
- عدم توفر الأعداد المناسبة من المدرسين والمربين العاملين فى مجال التربية البدنية والرياضة.

ـ نقص الإمكانات والتسهيلات الرياضية والبنى الأساسية للتربية البدنية والرياضة.

ـ انتشار العادات والتقاليد التى تحد أو تمنع المرأة من ممارسة النشاط الرياضى.

وفى ضوء العديد من الدراسات العلمية التى تناولت موضوع التراكمات والتحديات التى تواجه حركة الرياضة للجميع فى العديد من الدول المتقدمة والدول النامية، فإن محمد الحماحمى من خلال دراسة علمية له مقدمة إلى المؤتمر العلمى التاسع «الرياضة وتحديات القرن الواحد والعشرين» الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة فى الفترة من ٢٦ ـ ٢٨ مارس ١٩٩٧، بعنوان «دراسة تحليلية للرياضة للجميع فى ضوء اطارها الفلسفى والتطبيقى» يرى أن أهم تلك التراكمات والتحديات تتحدد فى المشكلات التالية:

أولا: مشكلات ترتبط بالمجتمع:

ـ عدم نص الدستور فى العديد من الدول على أهمية وضرورة إتاحة الفرصة لكل مواطن لممارسة مناشط الرياضة للجميع.

ـ عدم اهتمام الحكومات بتوفير الدعم المادى لمشروعات ولخطط ولبرامج الرياضة للجميع.

ـ عدم اهتمام المسئولين السياسيين بحركة الرياضة للجميع أو عدم إعطائها أولوية فى الاهتمام.

ـ عدم اهتمام الهيئات الأهلية بدعم مشروعات الرياضة للجميع.

ـ انتشار العادات والتقاليد التى تحد أو تحرم على المرأة ممارسة النشاط الرياضى فى العديد من المجتمعات.

ـ عدم اهتمام الدولة بالعديد من المشروعات التى توفر الرياضة للعديد من الفئات الخاصة كالمعاقين وكبار السن والمرضى.

ـ عدم اهتمام الدولة بالرياضة للجميع فى الريف.

- عدم اهتمام الدولة بتنظيم حملات اعلامية للرياضة للجميع على المستوى القومى.
- عدم التنسيق الجيد بين الهيئات الأهلية المسئولة عن دعم الرياضة للجميع فى الدولة وبينها وبين الهيئات الحكومية من جانب اخر.
- عدم اهتمام وسائل الاتصال الجماهيرى بالرياضة للجميع، وبالعمل على الدعاية والإعلان عنها لتدعيم مفهومها فى فكر المواطنين، وبالعمل على دحض المفاهيم الخاطئة المرتبطة بها.
- عدم اهتمام العديد من المجتمعات بالدراسات والبحوث العلمية فى مجال الرياضة للجميع سواء من حيث إجرائها أو تطبيق نتائجها والاستفادة منها فى تطوير حركتها التربوية.
- الاهتمام برياضة المنافسات العالية والعمل على توفير الدعم المادى لها على حساب مشروعات الرياضة للجميع.

ثانيا: مشكلات ترتبط بالمواطنين:

ويمكن تحديد أهم المشكلات التى تعوق تطور الرياضة للجميع والمرتبطة بالمواطنين، فيما يلى:

- المفاهيم الخاطئة للرياضة للجميع الراسخة فى فكر نسبة مرتفعة من المواطنين.
- عدم اهتمام المواطنين بالرياضة للجميع وعزوفهم عن ممارسة مناشطها وأشكالها.
- عدم توفر وقت فراغ مناسب لدى المواطنين لممارسة مناشط الرياضة للجميع وذلك بسبب ارتباطات بالعمل أو بالدراسة أو بالاعباء العائلية.
- عدم توفر الرغبة أو الطموح لدى نسبة مرتفعة من المواطنين لتطوير حالتهم البدنية أو مستواهم الصحى.

- عدم توفر الظروف الصحية الجيدة التى تسمح بممارسة مناشط الرياضة للجميع لدى العديد من المرضى أو المعاقين أو كبار السن أو خوفهم من تفاقم حالتهم الصحية.
- خوف نسبة مرتفعة من المواطنين من الإصابات التى قد تلحق بهم اثناء ممارسة مناشط الرياضة للجميع.
- تأثر المواطنين بالدعايات والإعلانات التجارية التى تعلن عن توفير الحالة البدنية والمستوى الصحى اللائق لهم من خلال استخدامهم للأجهزة المعلن عنها، وذلك دون بذل أى جهد بدنى معتدل الشدة.
- تفضيل العديد من الأفراد للخلود إلى الراحة أو النوم فى وقت فراغهم بدلاً من ممارسة مناشط الرياضة للجميع.

ثالثا: مشكلات ترتبط ببرامج الرياضة للجميع:

ويمكن تحديد أهم المشكلات التى تعوق تطور الرياضة للجميع والمرتبطة ببرامجها، فيما يلى:

- عدم مراعاة المعايير العلمية فى تصميم برامج الرياضة للجميع.
- عدم مراعاة البرامج لحاجات ولميول ولقدرات الأفراد فى مختلف الفئات الاجتماعية.
- عدم توفر الإمكانات والتسهيلات والتجهيزات الرياضية من حيث الكم والنوع لتحقيق أهداف تلك البرامج.
- عدم توفر القيادة المتخصصة للإشراف على تنفيذ البرامج وذلك من حيث عددها (الكم) أو من حيث التأهيل المهنى الجيد (الكيف أو النوع).
- عدم توفر الدعم المادى للتخطيط للعديد من البرامج والمشروعات، وتنفيذها فى العديد من المجالات، وذلك كما فى مجالات الطفولة،

الشباب، متوسطى العمر، كبار السن، المرضى، المعاقين، الموهوبين، الطلاب، العمال وغيرهم.

- عدم الاستفادة من القيادات المتطوعة volontaires فى الإشراف على تنفيذ برامج الرياضة للجميع.
- عدم مراعاة الظروف الثقافية والاجتماعية والاقتصادية السائدة فى المجتمع عند تصميم برامج الرياضة للجميع.
- عدم شمول البرامج على مناشط واشكال جديدة للرياضة للجميع.

رابعا : مشكلات ترتبط بالتعاون الدولى:

ويمكن تحديد أهم المشكلات التى تواجه حركة الرياضة للجميع والتى يرتبط بالتعاون الدولى، فيما يلى:

- عدم توفر التعاون الثنائى أو التعاون المتعدد الأطراف بين الدول أو المنظمات الدولية بطريقة فعالة فى مجال تطوير حركة الرياضة للجميع.
- عدم التنسيق بين الهيئات الحكومية والهيئات الأهلية وذلك على المستوى الدولى فى العديد من الموضوعات والقضايا المرتبطة بالرياضة للجميع.
- عدم التعاون الفعال بين الدول فى مجال تبادل المعلومات والخبرات والتجارب الناجحة فى مجال الرياضة للجميع.
- عدم التعاون بين الدول فى تنشيط حركة الدراسات المقارنة فى مجال الرياضة للجميع.
- عدم التعاون فى إقامة مشروعات ثنائية أو متعددة الأطراف بين الدول فى مجال الرياضة للجميع.
- عدم التعاون الوثيق بين الدول فى مجال الإعداد المهنى للعاملين فى المجال.

- التعاون بين الدول المتقدمة والدول النامية فى مجال تقديم المساعدات والمعونات الرياضية وإقامة مشروعات مشتركة بينهم ما زال فى حاجة إلى دور تنشيطى.

وسائل الارتقاء بالرياضة للجميع

بالرغم من أن الرياضة للجميع قد اصبحت فى العصر الحديث معيارا يقاس به تقدم المجتمعات وذلك لدورها فى التنمية البشرية وزيادة الانتاج، وبعد أن أصبحت مطلبًا حيويا للقرن العشرين ولعصرنا هذا بعد أن أطلق عليه «عصر الإنسان الجالس» "Siècle de l' homme assis" نتيجة للتقدم التقنى الذى أتاح للفرد سبل عدم الحركة مما أثر على زيادة وزنه واتجه نحو البدانة، إلا أن حركة الرياضة للجميع تواجه العديد من التراكمات ومن التحديات التى تعوق مسيرة تقدمها وانتشارها وتطورها فى العديد من الدول وبخاصة فى الدول النامية - وذلك كما أوضحنا من قبل - ولذا فإن العديد من المهتمين بالرياضة للجميع وكذلك العديد من الهيئات الاهلية والدولية التى تولى حركتها الاهتمام قد عملوا على السعى نحو التغلب على التراكمات والتحديات التى تواجه مسيرتها وذلك للارتقاء بها.

وفيما يلى توضيح لبعض الآراء حول كيفية ووسائل الارتقاء بالرياضة للجميع حتى تتبوأ مكانتها السامية فى النظام التربوى والاجتماعى للدول، وذلك لتحقيق الغاية من حركتها العالمية.

يرى فرناند لاندرى Fernand Landry أنه يوجد العديد من المتغيرات أوالمحددات التى تسهم فى تدعيم حركة الرياضة للجميع، ويشير إلى أهم تلك المتغيرات فى النقاط التالية:

- الأنظمة السياسية والاجتماعية والتربوية والثقافية والصحية والاقتصادية السائدة فى المجتمع.

- مدى الاهتمام بالرياضة وبالترويح فى المجتمع.
- حجم التمويل العام لمشروعات الرياضة والترويح فى المجتمع.
- المستوى المعيشى للأفراد.
- مدى توافر الخدمات والإمكانات الخاصة بالرياضة والترويح فى المجتمع.
- الاستجابة العامة من قبل المواطنين لبرامج ومشروعات الرياضة للجميع.
- المتغيرات المرتبطة بتدعيم الرياضة للجميع فى الدولة والتى تختص بالمحددات التالية:
  * مفاهيم الرياضة للجميع.
  * المعتقدات السائدة فى المجتمع والمرتبطة بالدين.
  * الأولويات التى يراها الفرد لحياته.
  * دور الأسرة نحو الاهتمام بالرياضة للجميع.
  * أسلوب الحياة.
  * العادات والتقاليد السائدة فى المجتمع.

بينما يشير بيير أريك Pierre Eireck إلى أهم وسائل النهوض أو الارتقاء بالتربية البدنية والرياضة فى دول العالم الثالث، وذلك وفقا للأولويات التالية:

- توفير الإعداد المهنى الجيد للعاملين فى المجال التربوى وفى المجال الإدارى وذلك فى قطاع التربية البدنية والرياضة. .
- بناء العديد من المنشآت الرياضية بالقرب من المدارس مع مراعاة ان لاتكون ذات تكلفة مرتفعة.
- دعم التربية البدنية المدرسية.
- تصنيع دول العالم الثالث لاحتياجاتها من التجهيزات الرياضية.
- تشجيع البحث فى ميدان علوم الرياضة Sport Sciences.

كما يرى أريك أنه يمكن تحقيق تلك الأولويات للارتقاء بالتربية البدنية والرياضة من خلال الاهتمام بأهم الوسائل التالية:

- إيفاد المدرسين والمدربين فى مجال التربية البدنية والرياضة فى بعثات إلى الدول المتقدمة للاطلاع على أحدث مالديها فى هذا المجال.
- تقديم النصائح والارشادات والخبرات العملية من قبل الدول المتقدمة إلى كل من الوزارات والهيئات والجمعيات الرياضية بغرض اعادة وتطوير التنظيم الرياضى فى الدول النامية وتحسين البنى الرياضية الأساسية.
- تنظيم العديد من اللقاءات الرياضية القومية والدولية وذلك فى مجال التربية البدنية المدرسية والرياضة.
- تحقيق التوأمة بين الدول المتقدمة والدول النامية فى نطاق الجامعات والمعاهد العليا والاتحادات والجمعيات فيما يختص بالتربية البدنية المدرسية والرياضة.
- توفير المنح الدراسية من قبل الدول المتقدمة لإعداد وصقل العاملين فى مجال التربية البدنية المدرسية والرياضة فى الدول النامية.
- التعاون بين الدول المتقدمة والدول النامية فى مجال تبادل الأساتذة والطلبة للاطلاع على نظم التربية البدنية والرياضة فى تلك الدول.
- تبادل المعلومات والوثائق بين الدول فى مجال التربية البدنية والرياضة.
- قيام الدول المتقدمة بمنح الدول النامية العديد من التجهيزات ووسائل التعليم والتدريب الحديثة والمسايرة للنظم المعاصرة ولتكنولوجيا الرياضة.
- تنظيم بعض الحملات لتوعية المواطنين بمفهوم وأهمية التربية البدنية والرياضة وبمناشطها ولدحض المفاهيم الخاطئة المرتبطة بممارسة المرأة للنشاط البدنى.

ويرى كل من جول Joul وكاول Cowell أنه يجب الاهتمام ببناء استراتيجيات للتغلب على المشكلات والتحديات التى تواجه حركة ومشروعات الرياضة للجميع، كما يجب العمل على تحقيق ما يلى:

- زيادة الدعم الحكومى للرياضة للجميع باعتبارها تمثل أسلوبًا للحياة الصحية للمواطنين.
- توفيرالإمكانات ذات الاستخدام المتعدد multi- use حتى يتم الاستفادة القصوى منها فى ممارسة المواطنين لمناشط الرياضة للجميع.

ويقترح محمد فضالى اتخاذ الإجراءات التالية لمواجهة مشكلة الإمكانات التى تواجه التطور والتوسع المستقبلى لحركة الرياضة للجميع، وهى:

- تجهيز المنشآت الرياضية الحالية بالإضاءة الليلية، للاستفادة منها ليلا فى تنفيذ مشروعات وبرامج الرياضة للجميع.
- استصلاح المساحات الخالية فى المدن وتمهيدها وتزويدها بالمرافق المؤقتة بغرض الاستفادة منها فى تنفيذ برامج الرياضة للجميع لحين الشروع فى بنائها.
- التخطيط لبعض المشروعات التى تهدف إلى بناء المنشآت الرياضية خارج المدن أو على حدودها، مع مراعاة توفير الطرق المؤدية إليها.
- التنسيق بين الهيئات المسئولة عن دعم حركة الرياضة للجميع والأندية التى تتلقى معونات مالية من الأجهزة أو الهيئات الحكومية، وذلك بغرض تخصيص تلك الأندية بعض الوقت لممارسة أعضائها من غير الرياضيين لبرامج ومناشط الرياضة للجميع، والتى تكون مسئولة عن تنظيمها والإشراف عليها.
- استغلال الشواطئ لتنظيم بعض الممارسات الجماعية لمناشط الرياضة للجميع مع توفير الإشراف عليها من قبل المتخصصين فى المجال، وذلك فى الأوقات المناسبة والتى لايكثر فيها إقبال المترددين على تلك الشواطئ.

- تعميم الوحدات الرياضية المتنقلة ـ القوافل الرياضية ـ لإتاحة فرص الممارسة لمناشط الرياضة للجميع فى الأحياء والمناطق التى تفتقر إلى الإمكانات الرياضية.
- الاستفادة من أية أبنية حكومية أو تعليمية ووفقا لما تسمح به فى تنفيذ بعض برامج أو مشروعات الرياضة للجميع.

كما يقترح ابراهيم قنديل أهم الوسائل التالية للارتقاء بالرياضة للجميع ولتنظيم برامجها، وهى:

- تشكيل لجنة لتخطيط برامج الرياضة للجميع فى ضوء الظروف المحلية، مع الوضع فى الاعتبار الاستفادة من خبرات الدول المتقدمة فى هذا المجال.
- توفير الإعداد والتدريب المهنى الجيد للقيادات المسئولة عن تنفيذ برامج الرياضة للجميع.
- الاهتمام باصدار نشرات إعلامية عن برامج الرياضة للجميع وأهميتها لكل من الفرد والأسرة والمجتمع.
- الاهتمام باعداد برامج إعلامية عن الرياضة للجميع لتقديمها من خلال وسائل الاتصال الجماهيرى.
- متابعة تنفيذ برامج التربية الرياضية بالمدارس والعمل على أن تكون التربية الرياضية مادة رسوب ونجاح للمتعلمين.
- ادخال برامج الرياضة للجميع بجميع المدارس والمعاهد والجامعات.
- الاهتمام بتنظيم برامج الرياضة للجميع بجميع الأندية ومراكز الشباب والأندية العمالية.
- حث جميع المؤسسات الحكومية والأهلية على الاشتراك فى برامج الرياضة للجميع.

وفيما يرتبط بتنمية الميول والاتجاهات نحو الترويح الرياضى (الرياضة

للجميع)، فإن كل من محمد الحماحمى وعايدة عبد العزيز يرى أن ذلك يمكن تشكيله أو تكوينه من خلال مراعاة أهم النقاط التالية:

- تعريف الأفراد بماهية وأهمية ممارسة النشاط الرياضى فى أوقات الفراغ.
- توجيه الأفراد إلى نوع النشاط المناسب لميولهم ولاستعداداتهم ولقدراتهم ولحالتهم الصحية والبدنية.
- استثارة الدافعية لدى الأفراد لتعلم العديد من المهارات الرياضية لاستخدامها فى استثمار أوقات الفراغ.
- الاهتمام بتنمية المواهب الرياضية للأطفال وذلك فى سن مبكرة وكذلك تنمية الميل إلى اللعب.
- تحفيز الأفراد على الاشتراك فى عضوية الأندية الرياضية ومراكز الشباب وساحات اللعب.
- توفيرظروف خاصة لممارسة مناشط الترويح الرياضى فى أوقات الفراغ وذلك لكل من الفئات التالية: الأطفال فى سن ما قبل المدرسة، المتقدمين فى السن، المعاقين، المرضى، المرأة.
- توفير المنشآت والتجهيزات المناسبة لممارسة الأفراد لمناشط الترويح الرياضى.
- تجهيز طرق لممارسة رياضة المشى وركوب الدراجات.

كما يرى محمد الحماحمى أن للدول دور هام فى الارتقاء بالرياضة للجميع وبتدعيم حركتها، وأن دور الدول يجب أن يتطرق إلى معالجة التراكمات والتحديات التى تواجه مسيرة الرياضة للجميع وذلك فيما يرتبط بالمشكلات المرتبطة بكل من المجتمع وبالمواطنين وببرامج الرياضة للجميع وبالتعاون الدولى فى هذا المجال. ولذا فقد أشار فى دراسة* علمية له عن الرياضة للجميع فى ضوء الفكر الاوليمبى إلى أهم ما يجب أن تؤديه الدولة

* الرياضة للجميع فى ضوء الفكر الأوليمبى: دراسة مقدمة إلى المؤتمر العلمى السابع «الرياضة والمبادئ الأولمبية: التراكمات والتحديات» الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة فى الفترة من ٢٨- ٣٠ ديسمبر ١٩٩٤.

نحو تدعيم حركة الرياضة للجميع ونحو معالجة مشكلاتها والتغلب على التحديات التى تواجهها، وذلك فى النقاط التالية:

- بناء استراتيجية لنشر حركة الرياضة للجميع فى الدولة.
- إيضاح فلسفة الرياضة للجميع فى استثمار أوقات الفراغ وفى تطوير الحالة الصحية والبدنية للفرد.
- تدعيم مفهوم الرياضة للجميع فى فكر المواطنين.
- التخطيط العلمى لبرامج الرياضة للجميع.
- اهتمام المؤسسات المختلفة بإعداد وبتنفيذ برامج الرياضة للجميع وفقا للخصائص الفردية للمشاركين فيها ووفقا للظروف الثقافية والاجتماعية والاقتصادية والمناخية السائدة فى المجتمع.
- الدعاية والإعلان عن أهمية ممارسة مناشط الرياضة للجميع فى كافة المؤسسات التعليمية والاجتماعية والإنتاجية والخدمية.
- توفير الحوافز لزيادة الطلب من قبل المواطنين على ممارسة مناشط الرياضة للجميع وذلك لاستثارة دافعيتهم للممارسة.
- تحفيز المرأة على الاشتراك فى ممارسة أوجه نشاط الرياضة للجميع.
- التنسيق بين جهود مختلف المؤسسات المنوطة بنشر الرياضة للجميع فى الدولة.
- الاهتمام بالإعداد المهنى للمتخصصين فى مجال الرياضة للجميع.
- الاهتمام بمشروع اللياقة البدنية للجميع.
- توفير الإمكانات المادية والبشرية المناسبة للرياضة للجميع فى كل من الريف والحضر.
- توفير القوافل الرياضية لتنتقل بين الأحياء السكنية لإتاحة الفرص لأهالى الحى لممارسة مناشط الرياضة للجميع.

- الاهتمام بتنظيم الاحتفالات والعروض والمهرجانات الرياضية فى مختلف المدن والقرى.
- العمل على إحياء تراث الألعاب الشعبية والريفية من خلال ممارستها.
- الاهتمام باجراء البحوث والدراسات العلمية فى مجال الرياضة للجميع والأستفادة من نتائجها فى تطويرها.
- تنظيم المؤتمرات والندوات العلمية بكافة مستوياتها لمناقشة المشكلات والتحديات التى تواجه انتشار الرياضة للجميع ووسائل الارتقاء بها لتحقيق الأهداف المختلفة المرجوة منها.
- تبادل الخبرات العلمية والفنية والإدارية فى مجال الرياضة للجميع وذلك من خلال التعاون مع الدول ذات التجربة الناجحة فى هذا المجال.

ولاهمية وسائل الاتصال الجماهيرى فى تدعيم حركة الرياضة للجميع وذلك من حيث دورها فى تدعيم مفهوم وأهمية الرياضة للجميع وفى تعليم المهارات لمختلف مناشطها وفى تنمية الثقافة فى مجال الرياضة للجميع بوجه عام، وكذلك لإسهاماتها فى مواجهة التراكمات والتحديات التى تواجه حركتها التربوية، فإن محمد الحماحمى من خلال دراسة* علمية له يشير إلى دورها الفعال فى هذا المجال من خلال التأكيد على أهمية مراعاة تلك الوسائل لأهم النقاط التالية:

١- استثارة الدافعية لممارسة النشاط الرياضى من خلال تكوين اتجاهات إيجابية نحو الممارسة الرياضية وذلك بالاهتمام بتقديم فقرات إعلامية مرتبطة بـ:

- توضيح مفهوم وأهمية ممارسة الرياضة للإنسان المعاصر لمحو الأمية الرياضية لدى الأفراد.

---

* دور وسائل الاتصال فى نشر الثقافة الرياضية: دراسة مقدمة إلى ندوة الرياضة للجميع التى نظمها المجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية فى الفترة من ١٩- ٢٠ ديسمبر ١٩٩١.

- اجراء حوار وأحاديث مع الشخصيات الاجتماعية المرموقة ممن تمارس الرياضة لاستثارة دافعية الأفراد للممارسة الرياضية.
- الاهتمام بتقديم فقرات إعلامية عن قيم وفوائد الممارسة الرياضية للفرد.
- الاهتمام بالرسومات الكاريكاتيرية لتوضيح أثر الممارسة الرياضية بين الفرد البدين والفرد المعتدل القوام، بين الفرد الكسول والفرد النشط، بين الفرد اللائق صحيا والفرد المعتل صحيا.
- تقديم البرامج التى تهتم بمسابقات الترويح الرياضى وبتعليم الرياضات التى تتميز بطابع الاستمرارية فى الممارسة كألعاب المضرب والسباحة والجرى والدراجات والتمرينات.

٢- تنمية المعرفة الرياضية من خلال تخصيص فقرات إعلامية تهتم بـ:

- إجراء مسابقات بين الطلاب فى المعرفة الرياضية (أوائل الطلبة) وكذلك بين العمال وبين الفلاحين وبين غيرهم من الفئات الأخرى فى المجتمع.
- الرياضة الريفية والشعبية وعلاقتها بالتراث الثقافى والتراث الشعبى.
- التعريف ببعض الشخصيات الرياضية واللعبات والمنشآت والأجهزة الرياضية من خلال فقرات إعلامية تتحدث عن (ماذا تعرف عن؟).
- تخصيص فقرات للكلمات المتقاطعة التى تهتم بالرياضة، وكذلك الاهتمام بتقديم الألغاز الرياضية فى الصحافة.
- تقديم نصائح للفرد فى كيفية ممارسته للنشاط الرياضى فى منزله، فى الحديقة، فى المصنع، فى النادى، فى مركز الشباب،

فى الساحات الشعبية، مع التوضيح بالرسومات والصور والأفلام لطرق الأداء الحركى.

٣- تدعيم الممارسة الرياضية من خلال:

- إقامة دور الصحافة والإذاعة والتليفزيون لمسابقات رياضية يتم تمويلها ذاتيا كفوازير رمضان وتقدم فيها الجوائز والإعلان عن الفائزين فى وسائل الإعلام وإجراء حوار معهم حول موضوعات الرياضة للجميع.
- اثارة الموضوعات التى تسهم فى تدعيم حركة الرياضة للجميع والعمل على طرح حلول إيجابية للمشكلات التى تواجه تلك الحركة وذلك من خلال الحوار مع المسئولين المتخصصين فى مجال الرياضة للجميع.

ويرى بيير سوران Pierre Seurin من خلال تحليله لعديد من نظم الرياضة للجميع فى العديد من الدول، أنه يتضح مايلى:

١- أن حركة الرياضة للجميع action Sport pour Tous تنبع من مفهوم الرياضة، وأن هذا المفهوم يجب أن يتأكد لدى كل من المسئولين عن الرياضة للجميع وهم المديرون الاداريون، القيادات الرياضية، المربون، الوالدين.

٢- أن حركة الرياضة للجميع لاتحقق أهدافها إلا من خلال توفر جانب اجتماعى اقتصادى مناسب للأفراد. إذ انه لكى يستفيد كل فرد من ممارسة الرياضة، فانه يجب ان يتوفر له مايلى:

أ- القوى البدنية المناسبة لممارسته الرياضة: وذلك يرتبط بالعديد من الموضوعات التى من أهمها التغذية، الظروف المادية للعمل، المستوى المعيشى...

ب - الوقت المناسب: وذلك يرتبط بالعديد من الموضوعات كوقت الفراغ، قرب المنشآت أو مناطق الخلاء من مكان الاقامة، توفر وسائل المواصلات. . .

جـ- الجانب النفسى: والمقصود به توفر الدافعية لممارسة النشاط الرياضى، وذلك يرتبط بالعديد من المتغيرات كالتربية فى الأسرة، والتربية فى المؤسسات التعليمية، تأثير الوسط الاجتماعى، الاعلام والدعاية propagande عن أوجه النشاط الايجابية لوقت الفراغ. . . وهذا ما يؤكده جوزيه أورتيجا بقوله: «ان الفرد عندما يقرر اللعب، فإنه يكون قد حقق أو وفر كل ما هو مرتبط بحاجاته الأولية اللازمة لحياته».

٣- أن حركة الرياضة للجميع تبدأ فى المدارس: إذ من أهم اهداف رسالة المدارس هو استثارة دافعية ممارسة النشاط الرياضى لدى المتعلمين، وكذلك العمل على الاستمرار فى ممارسته مدى الحياة. ومن ثم فان المدارس يجب عليها تحقيق واشباع هذا الدافع، وتنمية الثقافة الرياضية لدى كل من الأطفال والنشء، وكذلك تعريفهم بطبيعة الرياضة وبمفهومها وبأهميتها وبقيمتها، حيث ان ذلك يضمن الاستمرارية فى ممارسة النشاط الرياضى حتى بعد التخرج والانتهاء من الدراسة.

٤- يجب وجود ارتباط أو علاقة قوية بين كل من المدرسة والنادى الرياضى club sportif لنشر الرياضة للجميع وذلك من خلال:

أ- التأكيد على ان دور المدرسة ليس فى تكوين أبطال لتقديمهم إلى الأندية، ولكن دور المدرسة يتضح فى الإعداد العام formation générale للمتعلمين وفى نشر الثقافة الرياضية Culture Sportive بينهم، مما يتيح توسيع قاعدة الممارسين من ذوى الإعداد البدنى

الجيد ومن ذوى المفهوم الواضح للرياضة، وبذلك تسهم المدرسة فى تقديم أعداد وفيره من هؤلاء المتعلمين للنادى الرياضى لاختيار الأفضل من بينهم لرعايتهم وإعدادهم للتخصص الرياضى.

ب- التأكيد على أن دور النادى الرياضى لايجب ان يقتصر على تنظيم المنافسات الرياضية والبطولات وفقا للتخصص الرياضى وطبيعة مشاركته فى هذه المنافسات أو المسابقات، ولكنه يجب إلى جانب ذلك اتاحة الفرص لأعضائه من النشء والشباب من ممارسة النشاط الرياضى على أرضه من خلال الاستفادة من استخدام منشآته وامكاناته فى ممارسة الأوجه المختلفة للنشاط الرياضى، وذلك وفقا لميول واستعدادات وقدرات هؤلاء النشء والشباب.

كما يجب على النادى الرياضى المساهمة فى نشر الثقافة الرياضية بين النشء والشباب، وبخاصة لدى من لم يحصل أو ينمى تلك الثقافة فى المدرسة. وكذلك يجب على الأندية الرياضية الاهتمام بتنظيم أشكال من المناشط الرياضية النابعة من التقاليد المحلية traditions locales ومن ثقافة المجتمع، وبالتالى عدم تركيزها على المنافسات الرياضية التقليدية.

د- من خلال ايضاح العلاقة بين كل من المدرسة والنادى الرياضى ودور كل منهما نحو الآخر، ومن خلال استيعاب مفهوم العلاقة بينهما، فان التنسيق بينهما سوف يتحقق بدون أية صعوبات، مما يؤدى إلى نشر حركة الرياضة للجميع من داخل المدرسة ومن خلال النادى الرياضى، ولذا يجب التعاون بين كل من الرياضة المدرسية والرياضة الأهلية لتحقيق ذلك.

كما يجب مراعاة ان دور المدرسة هو دعم الرياضة المدرسية Sport Scolaire لدى جمهورها (المتعلمين) أكثر من دعمها لرياضة المستويات العالية Le Sport de Haute Compétition، والتى يكون اهتمام الأندية بها أكثر من اهتمامها بالأنواع الأخرى من الرياضة.

هـ- أن التنسيق coordination الجيد بين المدرسة والنادى الرياضى يرتبط كثيرا بدور مدرس مادة التربية البدنية. إذ أن المدرس الذى يقوم بالتدريب فى احدى الأندية يمكنه من الاعداد الجيد لتلاميذه من الجانب البدنى والعقلى والنفسى والاجتماعى، وذلك داخل المدرسة، وكذلك الاهتمام بهم فى النادى بغرض تطوير قدراتهم البدنية ومهاراتهم الحركية. وبذلك يكون مدرس التربية البدنية نموذجا modèle للمربى الجيد وللمدرب الجيد.

و- يجب على الدولة عند تدعيمها للرابطة التى يجب أن تكون قائمة بين المدرسة ورياضة النشء وكل من هم فى سن التعليم فى مرحلة ما قبل الجامعة ان تولى اهتمامها أكثر بالمدرسة باعتبارها القاعدة base التى تمس كل هؤلاء الأطفال والنشء، وان توليها الأولوية فى الاهتمام عن النادى الرياضى.

٥- دور التجمعات الاجتماعية Les groupements sociaux فى نشر الرياضة للجميع: إذ يجب على المؤسسات الانتاجية والتجارية والنقابات المهنية والتنظيمات الأسرية ان تنوط بمسئولياتها لتحقيق استمرارية continuité ممارسة المتعلمين للنشاط الرياضى بعد انتهاء دراستهم بالمدارس وتخرجهم، بتوفيرها للعامل وللموظف وللمهنى الظروف المادية والامكانات لممارسة المناشط الصحية والمناشط الترويحية فى مجال عملهم وذلك فى اطار برامج الرياضة للجميع.

ولذا يجب وجود التنسيق المناسب بين رياضة التجمعات والاتحادات الرياضية النوعية لتحقيق الفائدة المرجوة من انتشار الرياضة للجميع دون تداخل فى الاختصاصات أو الازدواجية فى خدماتها التى تقدمها لجمهورها.

٦- الامكانات الرياضية L'équipement sportif: يجب على الدولة أن توفر امكاناتها للجمهور لممارسة مناشط الرياضة للجميع، كما يجب مراعاة أهم النقاط التالية:

- ان تتميز الامكانات بالبساطة، وبأن تكون قليلة التكلفة، ومتعددة الأشكال.
- ان تكون سهلة الاستخدام، ويمكن استخدامها فى كل الأوقات وأن تكون قريبة من التجمعات السكانية، أو فى الخلاء.
- ان تكون متعددة الأغراض لاستخدامها فى ممارسة العديد من أوجه النشاط.
- ان تكون الامكانات مناسبة بقدر المستطاع لكل الفئات الخاصة ومنهم المعاقين Handicapés.
- مشاركة القطاع الأهلى فى توفير مراكز الرياضة للجميع وتوفير القيادات المؤهلة للعمل فى المجال.

٧- مساهمة المربين والحكومات فى توفير مناشط وقت الفراغ قليلة التكلفة والمجانية، وذلك كمناشط الهرولة Jogging، والدرجات، والعديد من الألعاب الجماعية والفردية التى تتميز بالبساطة وبأسعار معتدلة.

ولتحقيق الديمقراطية فى ممارسة الرياضة يجب تحريرها بقدر المستطاع من الزامية دفع مقابل لممارستها أو من التجارة بها، وذلك

حتى يمكن اتاحة الفرص للجميع لممارستها. كما ان الدعم الحكومى لمناشط الرياضة للجميع يؤدى إلى انتشار حركتها، اذ ان رياضات الفروسية، والشراع، والانزلاق والتزحلق، والتنس، والجولف، التى توفرها المؤسسات التجارية الخاصة، لاتسمح بأن يمارسها محدودى الدخل، وذلك لارتفاع تكلفة ممارستها وعدم قدرة الميزانيات العائلية على تدبير متطلباتها المادية.

٨- يجب على السياسات القومية تجاه اعداد وتأهيل المعلمين والمدربين والقادة فى المجال الرياضى من مراعاة احتياجات الرياضة للجميع فى هذا الخصوص، ولذا يجب ان تكون الرياضة للجميع ضمن برنامج دراسات معلمى التربية البدنية.

كما يجب الاهتمام بالممارسين لمناشط الرياضة للجميع وبتأهيلهم للانتظام وللاستمتاع بتلك المناشط، وكذلك يجب الاستفادة من القادة المتطوعين للعمل فى هذا المجال من ذوى الخبرة.

٩- التأكيد على نشر المعلومات عن أهمية وضرورة ممارسة النشاط الرياضى لكل الأفراد فى مختلف المراحلة العمرية. وان تتأسس تلك المعلومات على العديد من المعطيات والمبادئ العلمية والاقتصادية والثقافية، وذلك كتوضيح أهمية الرياضة للجميع فى:

- الوقاية من العديد من الأمراض الناتجة عن نقص النشاط البدنى.
- تحقيق نتائج ايجابية للفرد كتطوير صحته البدنية والنفسية.
- استثمار أوقات الفراغ.
- زيادة القدرة الانتاجية للفرد.
- الاقتصاد فى المصروفات المرتبطة بالأدوية وبمناشط وقت الفراغ الضارة بحياة الفرد والمجتمع.

١٠- مراعاة ارتباط حركة الرياضة للجميع بالعديد من المتغيرات وذلك كالمستوى الثقافى للفرد وبالتقدم الاجتماعى وبالنظام التربوى فى المجتمع.

١١- التأكيد على ضرورة اهتمام وسائل الاتصال الجماهيرية (الصحافة، الراديو، التليفزيون) بالرياضة للجميع، وذلك من خلال:

- المساهمة فى تربية وتثقيف الجمهور فيما يرتبط باستثمار أوقات الفراغ وفى كيفية ممارسة مناشط الرياضة للجميع، ولماذا يجب الاهتمام بالنشاط الرياضى؟
- التوعية بمفهوم الرياضة للجميع وبالتنمية المعرفية بجوانبها واشكالها المختلفة.
- توضيح دور الرياضة للجميع فى حل العديد من المشكلات الحياتية للفرد.
- توضيح دور الرياضة للجميع فى العملية التربوية للفرد.
- عدم الاقتصار على الدعاية لرياضة المنافسات والاهتمام بنتائج المباريات وبالسيرة الذاتية أو اخبار النجوم أو الابطال.

وفى دراسة علمية قام بها محمد الحماحمى بعنوان «دراسة تحليلية للرياضة للجميع فى ضوء اطارها الفلسفى والتطبيقى» حدد من خلالها مرئياته نحو التدعيم والارتقاء بالرياضة للجميع. ولقد أشار إلى ما يجب ان يقوم به المجتمع والمواطنين من أدوار ومسئوليات نحو الرياضة للجميع، وكذلك أهم ما يجب مراعاته للارتقاء ببرامج الرياضة للجميع، وأهم ما يجب مراعاته فى مجال التعاون الدولى. وفيما يلى عرض لأهم تلك المرئيات:

أولا: فيما يرتبط بالمجتمع

للمجتمع أدوار ووظائف هامة يؤديها نحو الرياضة للجميع وذلك من خلال حكومته والهيئات المهتمة بهذا المجال. ولذا فإنه يجب أن يضطلع المجتمع بالعديد من المسئوليات لتدعيم الرياضة للجميع، والتى من أهمها:

- العمل على أن ينص دستور الدولة على أن ممارسة النشاط الرياضى هو حق أساسى لجميع المواطنين.
- الاهتمام بالتخطيط لبرامج ومشروعات الرياضة للجميع التى تهتم بقطاعات التعليم والانتاج والامن، وكبار السن، والمرضى، والمعاقين والمرأة، والموهوبين فى مجال الرياضة.
- توفير الحكومات للدعم المادى لخطط ولمشروعات ولبرامج الرياضة للجميع.
- توجيه وسائل الاتصال الجماهيرى للدعاية وللاعلام عن الرياضة للجميع لمحو الامية الرياضية.
- تنظيم الهيئات الأهلية والهيئات الحكومية للحملات الاعلامية للرياضة للجميع.
- التنسيق الجيد بين الهيئات المنوطه بمسئوليات دعم الرياضة فى المجتمع.
- الاهتمام بالاعداد المهنى للقادة وللعاملين فى مجال الرياضة للجميع.
- الاهتمام بنشر الرياضة للجميع فى الريف.
- التخطيط من قبل الحكومات لتوفير المنشآت العامة لممارسة المواطنين لمناشط الرياضة للجميع.
- تعميم الوحدات الرياضية المتنقلة (القوافل الرياضية) لإتاحة فرص الممارسة لمناشط الرياضة للجميع فى الاحياء والمناطق التى تفتقر إلى الامكانات الرياضية.
- الاهتمام من قبل الحكومات باقامة مشروعات لتصنيع التجهيزات الرياضية.
- الاهتمام بالدراسات والبحوث العلمية والاستفادة من نتائجها فى تطوير الرياضة للجميع.
- التعاون مع الدول ذات التجارب الناجحة فى مجال الرياضة للجميع.

ثانيا: فيما يرتبط بالمواطنين

للمواطنين أدوار هامة فى تدعيم مفهوم الرياضة للجميع وفى زيادة الطلب على ممارسة مناشطها. ولذا فإن أهم الأدوار التى يمكن أن يؤدوها لتحقيق ذلك، هى:

- اهتمام الأسرة بتشكيل اتجاهات أبنائها نحو ممارسة مناشط الرياضة للجميع.
- إعطاء أولوية فى الاهتمامات الحياتية اليومية لممارسة مناشط الرياضة للجميع.
- الحرص على العودة إلى الطبيعة والاهتمام بمناشط الخلاء أو الهواء الطلق.
- الحرص على استثمار أوقات الفراغ فى ممارسة مناشط الرياضة للجميع.
- التعاون بين الأسر وجماعات الاصدقاء أو الرفاق فى تنظيم المناشط والمسابقات فى مجال الرياضة للجميع.
- الحرص على المشاركة فى المهرجانات والعروض والمسابقات الرياضية التى تقوم الدولة والهيئات المنوطة بدعم الرياضة للجميع بتنظيمها.
- الحرص على القيام بالعمل التطوعى فى المجال من قبل كل من يجد فى ذاته الكفاءة لذلك.
- المشاركة فى حملات للتوعية بالرياضة للجميع فى أماكن السكن أو العمل.
- تبرع رجال الأعمال لتمويل مشروعات الرياضة للجميع.

ثالثا: فيما يرتبط ببرامج الرياضة للجميع

نظرا لأهمية البرامج فى المساهمة فى تحقيق أهداف الرياضة للجميع، فإنه يجب مراعاة أهم المبادئ والمعايير التى يجب توافرها فى تصميم وتنفيذ تلك البرامج، وهى:

- توافق المناشط مع العادات والتقاليد السائدة فى المجتمع ومع تراثه الثقافى.
- مقابلة المناشط لميول ولاهتمامات ولاحتياجات الأفراد والجماعات المشاركين فى البرنامج.

- تكافؤ الفرص للجميع للمشاركة فى المناشط دون وضع أى قيود لذلك طالما أن المناشط تناسب قدرات الفرد.
- شمول البرامج على مناشط اللياقة البدنية، والتمرينات الهوائية الحديثة، ومناشط الخلاء، والرياضات الشعبية والريفية، والمسابقات التنافسية الترويحية.
- التوقيت الجيد لتقديم فقرات البرامج مع مراعاة تقديمها فى أوقات متفرقة أثناء اليوم، وفى أثناء عطلة آخر الاسبوع، وفى المناسبات، وفى الأعياد، وفى الاجازات الرسمية.
- الاستفادة من الامكانات المحلية المتوفرة فى البيئة المحيطة وما توفره الطبيعة من امكانات فى تنفيذ البرنامج.
- الاستفادة من الافراد المتطوعين من ذوى الكفاءات فى المجال فى تنفيذ البرنامج.
- الأمان والسلامة بحيث يتم اختيار أوجه النشاط المناسبة لسن ولجنس وللحالة الصحية للممارسين.
- تنوع المناشط فيما يرتبط بالاطفال والشباب وكبار السن والمرأة والمرضى والمعاقين.
- تنوع المناشط فيما يرتبط بقطاعات التعليم والموظفين والعمال والأمن والدفاع.
- التحديث فى أشكال الرياضة للجميع التى تشملها البرامج.
- التقويم المستمر للبرامج وفقا للأسس العلمية والعمل على تطويرها وفقا للنتائج.

رابعا: فيما يرتبط بالتعاون الدولى

للتعاون الدولى أهمية فى دعم الرياضة للجميع وبخاصة التعاون بين الدول المتقدمة والدول النامية فيما يرتبط بالعديد من الموضوعات والمشكلات والبرامج والمشروعات. ولذا فإنه يجب ايجاد آليات وفعاليات للتعاون الدولى فى هذا المجال. وذلك وفقا لما يلى:

- عقد اتفاقيات فى مجال التعاون الثنائى والتعاون المتعدد الاطراف بغرض التخطيط والتمويل لمشروعات الرياضة للجميع.
- تقديم الدول المتقدمة للعديد من التجهيزات ووسائل التعليم والتدريب المسايرة للنظم الحديثة لتكنولوجيا الرياضة للجميع كمنح للدول النامية.
- زيادة اسهامات المساعدات المقدمة من الصندوق الدولى ومنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (اليونسكو) واللجنة الأولمبية الدولية والتضامن الأولمبى والاتحاد الدولى للتربية البدنية والاتحاد الدولى للرياضة للجميع والهيئات الدولية الأخرى المهتمة بتدعيم حركة الرياضة للجميع على المستويين الدولى والعالمى، وذلك لتمويل المشروعات وتقديم المعونات العلمية والإدارية والفنية للدول التى هى فى حاجة إلى تلك المعونات فى مجال الرياضة للجميع.
- التنسيق بين الهيئات والمنظمات والجمعيات الدولية المنوطة بمسئوليات الارتقاء بالرياضة للجميع على المستوى العالمى، وذلك فى مجال تقديم خدماتها ومعوناتها للدول التى تدعم حركتها.
- تحقيق التوأمة بين الدول وبعضها للارتقاء بمجالات وقطاعات الرياضة للجميع وذلك كالتعاون فى تنفيذ مشروعاتها المرتبطة برياضة الاطفال والشباب والمرأة وكبار السن والمعاقين ومشروعاتها المرتبطة بقطاعات التعليم والانتاج.
- التعاون الدولى بين الدول بوجه عام وبين الدول المتقدمة والنامية بوجه خاص لدعم الرياضة للجميع وذلك فى مجالات:
  - تبادل المعلومات والوثائق والخبرات والبرامج فى مجال الرياضة للجميع.
  - اجراء البحوث والدراسات المقارنة فى العديد من موضوعات الرياضة للجميع.

- نشر الألعاب وأنواع الرياضة المستمدة من البيئة والتراث الثقافى للدول بوصفها من مقومات الرياضة للجميع فى اطار العقد العالمى للتنمية الثقافية.
- التطوير المهنى أو التدريب أثناء الخدمة Training in Service للعاملين فى المجال.
- تنظيم الندوات والمؤتمرات واللقاءات العلمية لمناقشة العديد من التحديات التى تواجه حركة الرياضة للجميع على المستوى العالمى وكيفية مواجهتها والتغلب عليها، وتطوير برامج وأشكال الرياضة للجميع.
- اهتمام وسائل الاعلام الدولى بتدعيم مفهوم الرياضة للجميع وتوضيح أهمية ممارسة مناشطها، وذلك من خلال التأكيد على العلاقة الايجابية بينها وبين كل من المتغيرات التالية: اللياقة البدنية، الحالة الصحية، تأخر الشيخوخة، الوقاية من أمراض القلب والدورة الدموية، زيادة العائد الانتاجى، التوازن النفسى، المحافظة على الوزن المثالى، التخلص من الوزن الزائد، تحسين نوعية الحياة...

الاهتمام البحثى فى مجال الرياضة للجميع

لقد طرأ فى السنوات الأخيرة العديد من التغيرات على وسط العمل وعلى البيئة الطبيعية مما نتج عنها تأثير واضح على الحالة البدنية والنفسية والاجتماعية للفرد، وترتب على ذلك اشتداد الحاجة إلى إجراء الدراسات والبحوث العلمية للتعرف على تأثير تلك التغيرات على الفرد بوجه عام وطرق الوقاية منها أو مواجهتها، وكذلك التعرف بوجه خاص على تأثير ممارسة مناشط الرياضة للجميع على جوانب نموه المختلفة.

وتشير تيريزا ولانسكا إلى أن التطور العلمى والتقنى قد غزا مجال الثقافة البدنية Culture Physique، وأنه لم يعد مقتصرًا فى المجال الرياضى على

رياضة المنافسات، حيث تطرقت الدراسات والبحوث العلمية إلى البحث عن المعرفة فى مجال الرياضة للجميع باستخدام الأساليب العلمية النظرية والتجريبية، وذلك بهدف تطوير مناشطها وأساليبها لتحقق أفضل النتائج المرجوة منها.

كما أن استخدام الأسلوب العلمى فى الرياضة للجميع لم يعد يرتكز على التجارب العلمية والمنهجية Méthodologie فى مجال التربية البدنية والرياضة فحسب، بل أصبح يرتكز أيضًا على نتائج العديد من الدراسات التى أجراها المتخصصين فى علم وظائف الأعضاء وعلم النفس وعلم الاجتماع والعلوم التربوية والبيولوجية التى ترتبط بالرياضة للجميع.

فقد اهتمت الدراسات العلمية بالكشف عن العديد من الآثار البيولوجية الناتجة عن طريقة الحياة العصرية ونمطها المتميز بقلة الحركة وبالتوتر النفسى والعصبى، وذلك من خلال الاستعانة بالأطباء المتخصصين médecins spécialistes وبالبيولوجيين biologues لبحث العلاقة بين الصحة والثقافة البدنية من خلال دراسة العديد من الموضوعات المرتبطة بذلك، والتى من أهمها:

- التمرينات البدنية والنظام الغذائى.
- الرياضة والشيخوخة.
- العائد أو المردود البدنى.
- التمرينات البدنية والقلب.

وأشارت نتائج العديد من الدراسات والبحوث العلمية التى أجريت فى مجال وظائف الأعضاء والتى قام بها كل من ماتيف Mateev، أولوف استراند Olof Astrand، مللوروفيز Melleroviez، رومانويسكى Romanowski، كورتن Curtin، وغيرهم، إلى أنه توجد علاقة بين ممارسة المناشط البدنية والوقاية من الأمراض المرتبطة بالقلب والأوعية الدموية. كما أوضحت

نتائجها أهمية ممارسة النشاط البدنى لتطوير الصحة ولتعويض ظاهرة نقص الحركة ولمواجهة اعتداءات العالم الصناعى على الطبيعة وعلى حياة الفرد والمتمثلة فى الضوضاء، تلوث الهواء، الاضطرابات، التوترات العصبية، الغذاء الصناعى alimentation artificielle، التلوث البيئى.

وكذلك دلت نتائج تلك الدراسات على أن ممارسة المناشط البدنية تحدث العديد من التغيرات البيولوجية والنفسية لدى الفرد والتى تؤدى إلى أن يكون أكثر ابتهاجًا وتفاؤلاً واحتمالاً للضغوط النفسية. كما دلت على أن ممارسة مناشط الرياضة للجميع تؤدى إلى تطوير الصحة وإلى الاقتصاد فى الصرف على الأمراض économie sur les dépenses de maladie من خلال زيادة مناعة الفرد لمقاومة الأمراض.

كما أصبحت الدراسات والبحوث العلمية تهتم بدور الرياضة للجميع فى الحد من زيادة الوزن surpoids والتى يتسبب عنها العديد من الأمراض المرتبطة بالقلب وبالأوعية الدموية. ولقد أشارت نتائج تلك الدراسات إلى أن النشاط البدنى والنظام الغذائى المناسب يؤديان إلى ضبط الوزن contrôler le poids وإلى الحد من العديد من عوامل الخطر على الصحة facteur du risque.

ولذا تهتم الدول المتقدمة بالرياضة للجميع لمواجهة الأمراض الناتجة عن نشاط إنسانى محدود الحركة وعن التوتر النفسى stress psychique والمصاحب كل منهما للحياة العصرية. كما تهتم تلك الدول بالاستعانة بالمتخصصين فى مجال التغذية spécialistes de nourriture للتخطيط لبرامج النشاط البدنى فى ضوء اتباع نظام غذائى مناسب.

كما أن العلوم الاجتماعية Sciences Sociales تهتم بإجراء المزيد من الدراسات والبحوث العلمية التى تتناول الكشف عن دوافع ممارسة مناشط الرياضة للجميع وعن فوائدها وتأثيرها فى طريقة حياة الفرد La manière de vie، وكذلك عن دورها فى الوقاية من العديد من الأمراض المرتبطة بطبيعة

العمل والتى يُطلق عليها مسمى «الأمراض المهنية» maladies professionnelles وذلك بغرض تطوير صحة الأفراد وزيادة الطلب على ممارسة مناشط الرياضة للجميع وتحسين نوعية الحياة.

وقد أشارت نتائج تلك الدراسات إلى أن الممارسة المنتظمة لمناشط الرياضة للجميع تكون بدافع رئيسى وهو تطوير الحالة البدنية وتنمية الصحة، كما تسهم فى تحسين العديد من الاضطرابات الفسيولوجية troubles physiologiques الناتجة عن التأثير السلبى L'influence négatives للمدنية المعتمدة على التقنية. وكذلك أوضحت نتائج تلك الدراسات إلى أن لتلك الممارسة دور هام فى الحياة الاجتماعية للأفراد وبخاصة فى مرحلة الشيخوخة، حيث تسمح بتسهيل توطيد العلاقات الإنسانية بين الأفراد، وتزيد من اجتماعيتهم.

كما تهتم الدراسات العلمية بتقنين برامج النشاط البدنى وفقًا للعديد من المتغيرات وذلك وفقًا للسن، الجنس، الحالة الصحية، الاستعدادات البدنية، الحاجات، المردود البدنى، مستوى الطموح... مما أسهم فى تحديد الحمل التدريبى للفرد من حيث نوع وشدة وكثافة التدريب، وفى استثارة الدافعية للممارسة المنتظمة لمناشط الرياضة للجميع، وفى اختيار الأشكال والوسائل والتمرينات البدنية المناسبة لكل فرد أو جماعة بأسلوب منظم وعلمى.

وكذلك استعانت تلك الدراسات بالأجهزة الالكترونية الحديثة appareils électroniques modernes وبالإمكانات الحديثة لتحديد الجهد المبذول ولتحديد جرعة التدريب la dose.

ولقد أشار العديد من المهتمين بموضوع الرياضة للجميع، إلى أنه يجب الكشف عن حدود النبض limité de pouls لدى الفرد أثناء التدريب. ولقد حدد بعضهم أنه لا يجب على الفرد أن لايتعدى النبض لديه عن الناتج من المعادلة التالية:

[(٢٠٠) ـ العمر بالسنة]

بينما يحدد البعض الآخر حدود النبض والتى لا يجب أن يتعداها الفرد الذى تجاوز سن الخمسين عام، بالناتج من المعادلة التالية:

[(١٨٠) ـ العمر بالسنة]

وبفضل تلك البحوث العلمية تم التعرف أكثر على الحمل البدنى الذى يمكن استخدامه لإحداث تأثير إيجابى على أجهزة الجسم وتفادى الحمل الزائد surcharge الذى قد يؤدى إلى العديد من المخاطر والأضرار التى تلحق غالبًا بالبالغين adultes وبكبار السن personnes âgées من المبتدئين فى ممارسة النشاط البدنى.

كما أشارت نتائج تلك الدراسات والبحوث العلمية إلى أن ممارسة مناشط الرياضة للجميع لن تكون مؤثرة على أجهزة الجسم إلا إذا كانت من (٣ ـ ٥) مرات أسبوعيًا. وأن ذلك يرتبط بزمن الممارسة وبنوع النشاط الممارس le genre de l'activité. ولقد أشارت بعض هذه الدراسات إلى الوقت أو الزمن الذى يجب ممارسة النشاط خلاله لحدوث تأثيرات إيجابية على أجهزة الجسم، وذلك على النحو التالى:

- (٣٠) دقيقة لممارسة السباحة أو الجرى، ويزداد الوقت فى حالة ممارسة التمرينات البدنية أو الكرة الطائرة.
- (٣٠ ـ ٤٥) دقيقة لممارسة الهرولة jogging، الجرى course، الدراجات bicyclette، سباقات الانزلاق على الجليد course à ski، الزوارق canotage، وبشرط أن تمارس هذه المناشط على الأقل لمدة (١٠) دقائق بدون توقف sans cesse حتى تتحقق الأهداف المرجوة منها.

ومن جانب آخر يرى زولداك Zoldak أنه يجب على الأفراد الذين يعملون وهم جلوسًا dans une position assise أن يمارسوا النشاط البدنى لمدة تتراوح ما بين (٦ ـ ١٠) ساعات أسبوعيا. بينما تكون المدة من (٢ ـ ٦) ساعات للعمال الذين يؤدون عملاً بدنيًا فى أثناء أداء أعمال وظيفتهم أو مهنتهم.

وكذلك ألقت تلك الدراسات والبحوث العلمية الضوء على أهمية مراعاة بعض المتغيرات الهامة فى حالة استعارة نظام أو أسلوب أو طريقة أو برامج للتدريب على مناشط الرياضة للجميع، والتى من أهمها مراعاة ما يلى:

- مستوى تطور الرياضة للجميع.
- مستوى التعليم فى المجتمع.
- المستوى التقنى فى المجتمع.
- حجم وقت الفراغ.
- كثافة النشاط البدنى capacité de l'activité physique.
- الدعم المادى لمشروعات الرياضة للجميع.

وفى دراسة تقدمت بها مارسيل هبلينك Marcel Heblinck فى اجتماع اللجنة التنفيذية لاتحاد الطب الرياضى Fédération Internationale de Médecine Sportive "FIMS" الذى عقد فى روما فى أكتوبر ١٩٨٤ حول موضوع «الشباب والرياضة» وذلك بمناسبة العام الدولى للشباب فى الأمم المتحدة، أكدت على أن النشاط البدنى يُعد عاملاً هامًا فى تنمية الحالة الصحية للفرد وفى الحفاظ عليها. كما اشارت إلى أهمية استثارة دوافع الأطفال وتوجيه ميولهم نحو ممارسة النشاط البدنى بأسلوب منتظم منذ سنوات عمرهم الأولى، حيث أن ما يتم إهماله فى مرحلة الطفولة لا يمكن تعويضه أو تنميته فيما بعد، ولذا فإن المسئولين عن التعليم L'enseignement وعن الطب العالمى يولون اهتمام هائل لبرمجه المناشط البدنية والتمرينات للنشء.

واكدت على أنه نظرا لتزايد عدد الأطفال والنشء المشاركين بإرادتهم فى النشاط الرياضى، بل ومشاركتهم فى العديد من المناشط فى وقت واحد، وفى رياضة المنافسات، فإنه من الضرورى التأكيد على إجراء فحص طبى لهم، منتظم وبطريقة دورية، إلى جانب أن ذلك الفحص يعطى مؤشرًا على التأثير الإيجابى للنشاط البدنى والرياضة على الفرد، ويحدد الحدود التى يجب ألا يتعدّاها التدريب البدنى أو المنافسة.

كما اشارت إلى أنه يجب أن يرتكز التدريب الرياضى فى مرحلة ما قبل البلوغ Pré-pubertaire على تنمية القدرات والاستعدادات أكثر من اهتمامه بالتدريب لرياضة المستويات العالية (المنافسات)، إلا أنه بعد سن البلوغ يجب الاهتمام بتطوير تلك القدرات إلى أقصى حد ممكن وتنمية التحمل.

ولذا فإن الاتحاد الدولى للطب الرياضى (FIMS) يؤكد على أهمية الرياضة للنشء لتطوير الوعى لديهم نحو كيفية الحياة savoir vivre وفى تدعيم الاتجاه لديهم نحو السلام paix والصداقة amitié، مؤكدًا أن جوهر الرياضة L'essence du Sport لدى النشء هو ممارسة المناشط البدنية فى إطار اجتماعى مما يؤثر ويسهم بطريقة فعالة فى تطوير الشخصية الكلية فى المجتمع.

كما أنه يؤكد على أنه يجب على المؤسسات التعليمية فى كل دولة أن تقدم وتحرص على مشاركة كل طفل وكل ناشء فى برامج التربية البدنية بانتظام، وذلك لتعويضهم عن الانحناء على كتبهم وعلى مكاتبهم لمدة (٦) ساعات يوميًا فى مدارسهم خلال فترات نموهم النشطة، بالإضافة إلى أن ساعات الدراسة والتحصيل الدراسى لا تسمح لهم بوقت كاف ولا بالإمكانات وبالاستعدادات التى تسمح لهم باكتشاف خصائصهم البدنية واستخدام قدراتهم البدنية.

ولقد اهتمت العديد من الهيئات الاكاديمية والشبابية والرياضية فى الوطن العربى بعقد المؤتمرات والندوات العلمية وبإجراء الدراسات والبحوث المرتبطة بمجال الرياضة للجميع، بغرض بحث العديد من موضوعات واشكاليات الرياضة للجميع وتطوير حركتها.

فقد نظمت كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة «المؤتمر العلمى لبحوث ودراسات التربية الرياضية» بالتعاون مع وزارة التربية والتعليم والمجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية، وذلك فى الفترة من ١٨ - ٢٠ مايو ١٩٨٢. ولقد صدر عن المؤتمر أهم القرارات التالية:

- تطبيق مشروع اللياقة البدنية بجميع المدارس التى تتيح الفرصة لجميع التلاميذ للاشتراك فى ممارسة برنامج اللياقة البدنية على جميع المستويات.

- تشكيل فرق للياقة البدنية والرياضة بكل مدرسة من بين التلاميذ الذين يحصلون على الشارة الذهبية.

كما نظمت كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة مؤتمرها الثانى «الرياضة للجميع» فى الفترة من ١٥ - ١٧ مارس ١٩٨٤، وذلك بهدف التحليل العلمى لبعض المشكلات الحيوية المرتبطة بالرياضة، وبالتربية البدنية، وبالنشاط البدنى وبالكفاية البدنية، وبالترويح الرياضى، وبالصحة الرياضية. وقد تناولت الدراسات والبحوث العلمية ثلاث مجالات هامة وهى: الرياضة المدرسية، رياضة أوقات الفراغ والترويح، رياضة المعاقين.

ولقد شارك فى هذا المؤتمر العديد من القيادات الرياضية ومن الباحثين العلميين فى مصر والدول العربية، وبلغ عدد البحوث المقدمة (٢٣) بحثا.

وكذلك نظمت كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة مؤتمرها الثالث والدولى «الرياضة للجميع فى الدول النامية» بالتعاون مع المجلس الدولى للصحة والتربية البدنية والترويح (ICHPER) والجمعية الدولية لعلم النفس الرياضى (ISSP) وذلك فى الفترة من ٣ - ٧ يناير ١٩٨٥. ولقد شارك فى فعاليات المؤتمر العديد من الباحثين والمهتمين بالرياضة للجميع فى مصر والدول العربية وفى الولايات المتحدة الأمريكية، والاتحاد السوفيتى، وكندا، والمانيا الديمقراطية، والمانيا الاتحادية. وتطرقت الموضوعات البحثية إلى مجالات الرياضة المدرسية، الرياضة الجامعية، رياضة أوقات الفراغ والترويح، الرياضة فى القوات المسلحة، الرياضة فى الشرطة، الرياضة للمعاقين، الرياضة لكبار السن، رياضة المستويات العالية.

ومن أهم الدراسات التى تم عرضها ومناقشتها فى المؤتمر الدراسة التى أجراها كل من عصام الدين الدياسطى وجمال الدين الشافعى وهى بعنوان: «الانشطة الرياضية المستهدفة لشباب بعض الدول النامية» وكذلك الدراسة التى قام بها عصام الهلالى وآخرون وهى بعنوان «التأثير الوقائى للممارسة الرياضية واثرها على معدلات الفاقد الانتاجى بهيئة الشرطة».

ولقد اجريت الدراسة الأولى على عينة مكونة من (٥٢٥) طالبا وافدا بمدينة البعوث الاسلامية، منهم (١٧٥) طالبا مصريا بجامعة الأزهر، (١٧٥) طالبا أسيويا، (١٧٥) طالبا أفريقيا، وذلك بعد استبعاد الطلاب الوافدين من دول اوربا وامريكا وروسيا واستراليا باعتبارهم من الدول غير النامية. وقد اشارت تلك الدراسة الى أهم النتائج التالية:

- نسبة الطلاب الممارسين للنشاط الرياضى (٢٢,٨٥٪) لدى المصريين، (٣٧,١٥٪) لدى الافارقة، (٣٣,٧١٪) لدى الآسيويين.
- نسبة الطلاب الذين لايمارسون النشاط الرياضى (٧٧,١٥٪) لدى المصريين، (٦٢,٨٥٪) لدى الافارقة، (٦٦,٢٩٪) لدى الآسيويين.
- أهم المعوقات التى تحول دون ممارسة النشاط الرياضى لدى الطلاب المصريين، كانت وفقا للترتيب التالى:
  - عدم وجود اشراف رياضى .... (٦٠,٧٤٪)
  - عدم توفر المكان المناسب للممارسة ... (٥٦,٢٩٪)
  - قلة الوقت .... (٥٢,٥٩٪)
  - عدم الرغبة فى الممارسة .... (٣١,٨٥٪)
  - قلة الزملاء الممارسين .... (٢٣,٣٣٪)
  - الدراية غير الكافية بالنشاط .... (١٦,٢٩٪)
  - الحالة الصحية .... (٥,٢٩٪)
- أهم المعوقات التى تحول دون ممارسة النشاط الرياضى لدى الطلاب الافارقة، هى وفقا للترتيب التالى:
  - عدم توفر المكان المناسب للممارسة ... (٥٤,٥٤٪)
  - قلة الوقت .... (٣٦,٣٦٪)

- عدم وجود اشراف رياضى .... (٢٦,٣٦٪)
- عدم الرغبة فى الممارسة .... (٢٢,٧٢٪)
- الدراية غير الكافية بالنشاط .... (١٨,١٨٪)
- الحالة الصحية .... (١٠,٩٠٪)

- أهم المعوقات التى تحول دون ممارسة الطلاب الاسيويين للنشاط الرياضى، هى وفقا للترتيب التالى:
  - عدم توفر المكان المناسب للممارسة ... (٦٨,٩٦٪)
  - قلة الوقت .... (٤٤,٨٢٪)
  - عدم وجود اشراف رياضى .... (٢٠,٦٨٪)
  - الحالة الصحية .... (١٧,٢٤٪)
  - عدم الرغبة فى الممارسة .... (١٠,٣٤٪)
  - الدراية غير الكافية بالنشاط .... (١٠,٣٤٪)
  - قلة الزملاء الممارسين .... (٦,٨٩٪)

- أهم اغراض ممارسة النشاط الرياضى لدى الطلاب المصريين، كانت وفقا للترتيب التالى:
  - التقوية العضلية .... (٩١,٠٨٪)
  - التعود على التحكم فى الانفعالات .. (٧٣,٠٢٪)
  - تنمية الشخصية .... (٦٧,٨٠٪)
  - تحسين الصحة .... (٦٦,٣٠٪)
  - الاستمتاع بوقت الفراغ .... (٦٠,٣٠٪)

- أهم اغراض ممارسة النشاط الرياضى لدى الطلاب الافارقة، كانت وفقا للترتيب التالى:

- تكوين صداقات جديدة .... (٩٥,٦٠٪)
- التقوية العضلية .... (٩١,٦٠٪)
- تحسين الصحة .... (٨٧,٤٠٪)
- تنمية الروح الرياضية .... (٨٥,٧٠٪)
- الاستمتاع بوقت الفراغ .... (٧٥,٠٨٪)

- أهم اغراض ممارسة النشاط الرياضى لدى الطلاب الاسيويين، كانت وفقا للترتيب التالى:
- اكتساب مهارات للدفاع عن النفس ... (٩٢,٩٠٪)
- الاستمتاع بوقت الفراغ .... (٧٩,٧٠٪)
- تحسين الصحة .... (٧٧,١٠٪)
- التقوية العضلية .... (٧٣,١٠٪)
- تنمية الروح الرياضية .... (٦٠,٦٠٪)

- أهم المناشط الرياضية المفضلة لدى الطلاب المصريين، كانت وفقا للترتيب التالى:
- كرة القدم .... (٩٦,٥٧٪)
- الجرى .... (٨٩,٧١٪)
- الكرة الطائرة .... (٧٩,٤٢٪)
- كرة السلة .... (٧٦,٥٧٪)
- رفع الاثقال .... (٧٢,٠٠٪)

- أهم المناشط الرياضية المفضلة لدى الطلاب الافارقة، كانت وفقا للترتيب التالى:
- كرة القدم .... (٩٨,٢٨٪)

- الجرى .... (٩٦,٥٧٪)
- الوثب العالى .... (٩٤,٨٥٪)
- الكرة الطائرة .... (٨٨,٠٠٪)
- الهوكى .... (٨١,٧١٪)
- أهم المناشط الرياضية المفضلة لدى الطلاب الاسيويين، كانت وفقا للترتيب التالى:
- كرة القدم .... (٩٤,٢٨٪)
- الريشة الطائرة .... (٩٠,٨٥٪)
- الكاراتيه .... (٨٦,٨٥٪)
- السباحة .... (٨٢,٢٨٪)
- الملاكمة .... (٨٠,٥٧٪)

أما الدراسة الثانية التى تناولت موضوع التأثير الوقائى للممارسة الرياضية واثرها على معدلات الفاقد الانتاجى بهيئة الشرطة، فقد تم اجرائها على مجموعتين من ضباط الشرطة من الرتب المختلفة قوام كل منهما (١٣٨) ضابطا، احدهما من الضباط الذين انقطعوا تماما عن ممارسة الرياضة وذلك بعد تخرجهم، والأخرى من الضباط الذين استمروا فى ممارسة النشاط الرياضى بانتظام لمرة أو أكثر اسبوعيا سواء بهدف البطولة أو الترويح الرياضى، كما تم مراعاة تناظر المجموعتين فى السن ومدة الخدمة والرتبة وطبيعة العمل. ولقد افادت النتائج بأهم مايلى:

- ممارسة النشاط الرياضى من الرتب المختلفة اقل استهلاكا للاجازات سواء المرضية أو الاعتيادية من مجموعة الضباط غير الممارسين للنشاط.
- مجموع الاجازات المرضية التى تستهلكها مجموعة الضباط غير الممارسين للنشاط الرياضى تصل تقريبا إلى أربعة أضعاف مجموعة الضباط الممارسين للنشاط.

- مجموع الأجازات الاعتيادية التى تستهلكها مجموعة الضباط غير الممارسين للنشاط الرياضى تزيد بنسبة (١٥٠٪) عن مثيلتها لدى مجموعة الضباط الممارسين للنشاط.
- تصل اصابات العمل لدى الضباط الممارسين للنشاط الرياضى إلى نسبة (٣٪) بينما ترتفع إلى (٦٢٪) لدى الضباط غير الممارسين للنشاط الرياضى.
- يؤدى عدم الاهتمام بممارسة الضباط للنشاط الرياضى إلى ارتفاع معدلات الفاقد الانتاجى ويحمل ميزانية هيئة الشرطة اعباء اضافية تصل إلى (٨٠٠٠٠) جنيه سنويا.
- ممارسة ضباط الشرطة للنشاط الرياضى يؤدى إلى خفض معدلات اصابات العمل ومن ثم خفض الاستهلاك العلاجى والتأهيلى.
- إن الممارسة الرياضية لضباط الشرطة تعد استثمار ثنائى وذلك للفرد وللدولة، للفرد من خلال تحسين قدراته الصحية والبدنية واداته فى العمل واطالة عمره الانتاجى وحمايته من التعرض لاصابات العمل، وللدولة وذلك بزيادة كفاءة العاملين واطالة عمرهم الانتاجى وخفض معدلات الاستهلاك العلاجى والتأهيلى.

كما نظم الاتحاد الدولى للرياضة للجميع مؤتمرا دوليا حول موضوع «المردود الاجتماعى والثقافى للرياضة للجميع فى المجتمع المعاصر» وذلك فى الفترة من ٢١ ـ ٢٤ فبراير ١٩٨٥ بمدينة موناستير Monastir بتونس. وشارك العديد من الهيئات الدولية فى هذا المؤتمر: المنظمة الدولية للتربية والعلوم والثقافة، المجلس الدولى لعلوم الرياضة والتربية البدنية، الاتحاد الدولى للتربية البدنية، وذلك إلى جانب مشاركة المجلس الأعلى للرياضة الافريقية، الاتحاد العربى للألعاب الرياضية، ادارة الشباب بجامعة الدول العربية.

وفى هذا المؤتمر قدم بيير اريشو Pierre Harichaux دراسة بعنوان*: «الاستعدادات البدنية والرياضة للجميع» ولقد تطرق فى دراسته إلى أهم ما يلى:

أولا: طبيعة المخاطر الفسيولوجية والطبية فى الرياضة للجميع

لقد تناول اريشو توضيح للعديد من المخاطر المرتبطة بنوع النشاط الممارس، ولقد تطرق بالدراسة إلى المخاطر المرتبطة بممارسة الجرى وبالممارسة الجماعية للمناشط البدنية وللمناشط التى تتميز بطابع المغامرة أو المخاطرة وللمناشط التى تقدمها مراكز الترويح، وفيما يلى عرض لاهم تلك المخاطر الفسيولوجية والطبية وفقا لنوع النشاط الممارس.

١ـ **الجرى على الطريق:** لقد انتشر هذا النوع من مناشط الرياضة للجميع فى الآونة الاخيرة وقد اقبل على تنظيم مهرجانات الجرى على الطريق courses sur route، أو الجرى للجميع courses pour tous العديد من الجمعيات والمحليات والمؤسسات التجارية والصحافية.. ولقد اشارت الدراسة إلى أهم المخاطر التى تواجه الممارسين لرياضة الجرى، والتى من أهمها بعض الاضطرابات الطبية troubles cardiaque التى قد تؤدى إلى الوفاة وذلك نتيجة التنافس مع الذات compétition à lui même أو التنافس مع الغير، مما يؤدى بدوره إلى بذل الفرد مجهود أكبر يفوق الحد الاقصى لقواه أو لقدراته، ومن ثم التعرض لتلك الاضطرابات.

٢ـ **وحدات الممارسة الجماعية للنشاط البدنى:** وذلك كالوحدات المرتبطة بممارسة اليوجا Yoga أو المرتبطة بالتدريبات الهوائية Aérobic، ويشير اريشو Harichaux إلى أن هذه المناشط لايمكن ممارستها من قبل أى

*Aptitude Physique et Sport Pour Tous

فرد n'importe qui وبأية كيفية n'importe comment. ويوضح ذلك بالتأكيد على ان اليوجا تتطلب مرونة العمود الفقرى واسترخاء العضلات relaxation musculaire، وهذا بدوره لايتأتى الا من خلال فترة طويلة من الممارسة. ويشير إلى ان المخاطر المرتبطة بممارسة تلك الرياضة تتحدد فى بعض الاضرار المفصلية أو العضلية inconvénients articulaires ou musculaires التى قد تلحق بالفرد.

أما عن التدريبات الهوائية التى يتم استخدامها فى كاليفورنيا Californie وفى اوروبا وفقا للطريقة التى حددها كينيث كوبر Kenneth Cooper والمعروفة باسم (The aerobic way) والتى تسمح باستهلاك الجسم لـ(٤٢) ملليمتر فى الدقيقة وذلك لكل كيلو جرام من وزنه، فان مخاطرها تتحدد فى بعض المخاطر المرتبطة بالقلب والاوعية الدموية، إذ أن الموسيقى والجو المحيط بتلك التدريبات الجماعية يؤديان إلى حماس الفرد وقيامه بتأديه مجهودا يفوق استعداداته. وقد اشارت الأبحاث العلمية إلى أنه فى بعض الحالات يتم افراز لبعض الهرمونات التى تنشط الجسم وذلك كهرمون Enképhaline وهرمون الـ Endorphine مما يؤدى إلى اغفال الفرد لحدوده وقدراته.

وبالاضافة إلى تلك المخاطر التى قد يتعرض لها الجهاز الدورى للفرد الممارس لتلك التدريبات الهوائية، توجد مخاطر اخرى يمكن أن يتعرض لها الجهاز الحركى l'appareil moteur وترتبط بالعظام وبالعضلات، وذلك يكون ناتجا عن ان الحركات المؤداة تكون غالبا ذات مدى واسع (hypermétrie).

٣- المناشط التى تتميز بطابع المغامرة أو المخاطرة: تقدم بعض مراكز الفراغ أو الترويح Centres de Loisirs بعض أوجه النشاط للمبتدئين والتى من أهمها مناشط: تسلق الجبال Alpinisme، الغطس تحت الماء

(الغوص) Plongée sous- marine، الطيران الحر Vol libre، وذلك يتوقف على الموقع الجغرافى localisation géographique لتلك المراكز. وقد ينتج عن ممارسة مناشط المغامرة أو المخاطرة activités à risques العديد من الاصابات أو الاضرار التى قد تلحق بالفرد، ولذلك يجب اجراء اختبار طبى رياضى Examen médico- sportif للتأكد من استعدادات الفرد لتلك المناشط.

٤- **مناشط مراكز الفراغ أو الترويح:** يرى اريشو ان الاقبال على رياضات الشتاء Sport d'hiver وقت اجازات الجليد vacances de neige قد يسبب العديد من الاصابات الناتجة عن الارهاق أو الاجهاد والمرتبطة برحلة الوصول إلى تلك المراكز أو بما يسمى محطات رياضات الشتاء stations de sport d'hiver أو نتيجة لعدم الاعداد البدنى الجيد أو نتيجة لاداء خاطئ. وذلك إلى جانب تقديم تلك المراكز للمناشط الرياضية التى يتم ممارستها من خلال الضربة الواحدة un seul coup دون الاعداد من قبل لممارستها، وذلك كما فى التنس الارضى Tennis، فالفرد يكون معرضا لمخاطر ترتبط بالقلب، وفى السباحة يكون الفرد معرضا لمخاطر الغرق.

ثانيا: كيفية الوقاية من المخاطر أو الاصابات:

يشير بيير اريشو إلى كيفية الوقاية prevention من مخاطر dangers ممارسة مناشط الرياضة للجميع، وذلك فى أهم النقاط التالية:

١ـ تحقيق الحد الادنى من الاعداد البدنى minimum préparation physique يسهم فى وضع الفرد فى فورمة الممارسة remise en forme مما يؤدى إلى تفاديه للعديد من المخاطر المرتبطة بها.

٢ـ احترام قواعد الصحة والتغذية: وذلك من خلال مراعاة التغذية المتوازنة وتعويض السوائل المفقودة اثناء ممارسة النشاط حتى لايتعرض الفرد إلى بعض الاضرار الصحية المترتبة على ذلك.

٣ـ احترام قواعد الامان والسلامة الخاصة لبعض الرياضات: وذلك كارتداء الجاكت (السترة) والقناع فيما يرتبط بممارسة المبارزة Escrime وارتداء القفاز gants أثناء ممارسة التزحلق على الجليد Patinage à glace والجاكت gilet ومصادر الوقاية فيما يرتبط برياضة الشراع.

٤ـ تحديد الاستعداد البدنى détermination de l'aptitude physique يعد من الموضوعات التى يجب النظر إليها بعناية واهتمام والتى يمكن ان يشير اليه نتائج اختبار طبى رياضى شامل Medico- sportif complet.

كما أكد المؤتمر الدولى الذى عقد فى تونس فى فبراير ١٩٨٥، على أهمية الرياضة للجميع وأهم ما يجب مراعاته نحوها وذلك فى كل من المجالات التالية: المجال الاقتصادى، المجال الصحى، المجال التربوى، مجال الاتصال، مجال استثمار أوقات الفراغ، مجال المرأة.

أولا: المجال الاقتصادى

نظرا لأن الرياضة للجميع تمثل عاملا هاما لتطوير القدرات البدنية والنفسية للفرد وتساهم فى تقدمه، لذا فإنه يجب العمل على:

- تدعيم الرصيد الصحى للفرد الذى يُعد عاملا حاسما فى تنامى إنتاجه وفى الإقلال من المصاريف الاجتماعية المرتبطة بالعلاج، وذلك من خلال ممارسته لمناشط الرياضة للجميع.
- التوسع فى إنتاج التجهيزات والأدوات الرياضية والخدمات المرتبطة بها باعتبارها من العوامل المؤثرة على الاقتصاد القومى للبلاد.

ثانيا: المجال الصحى

نظرا لدور الرياضة للجميع فى تطوير الجانب الصحى للفرد، فانه يجب التأكيد على أهمية مايلى:

- توفير النمو الصحى وتطويره لكل مواطن.
- العمل على ان تتناسب ممارسة المناشط الرياضية مع الإمكانات الفعلية لكل فرد وان تتمشى مع استعداداته وقدراته.

- تعريف الفرد بخطورة الممارسة الرياضية غيرالمدروسة، وذلك من خلال البرامج التى تقدمها وسائل الإعلام، ومن نتائج متابعة الفحوص الطبية الدورية.

ثالثا: المجال التربوى

نظرا لأن الرياضة للجميع تُعد أداة تربوية فعالة لدورها فى ترسيخ القيم والمبادئ التربوية فى الإطار الاجتماعى والثقافى للمجتمع، لذا فإنه يجب مراعاة ما يلى:

- إتاحة الفرصة لكل فرد ليعبر بشكل منظم عن قدراته الفعلية من خلال ممارسته لمناشط الرياضة للجميع.
- اتاحة الفرصة من خلال ممارسة مناشط الرياضة للجميع للاتصال بين الممارسين من ذوى الثقافات المختلفة.
- الإسهام فى تدعيم الشعور بالذات وإندماج الفرد فى المجتمع والانتماء إليه.
- تشجيع روح المبادرة والمسئولية وقدرة الفرد على التنظيم من خلال مشاركته فى التخطيط والممارسة لمناشط الرياضة للجميع.

رابعا: مجال الاتصال

نظرا لأن الرياضة للجميع تسهم فى التقارب والتلاقى بين مختلف الفئات الاجتماعية والمهنية، لذا فإنه يجب التركيز على إبراز دورها فى هذا المجال من خلال وسائل الإعلام الجماهيرية.

خامسا: مجال استثمار أوقات الفراغ

يرى المؤتمر الدولى للرياضة للجميع بأنه نظرا لأهمية أوقات الفراغ فى تطوير الفرد والمجتمع فإنه يجب استثمارها من خلال ممارسة مناشط الرياضة للجميع.

سادسا: مجال المرأة

يوصى المؤتمر بالتأكيد على أهمية ممارسة المرأة لمناشط الرياضة للجميع وذلك وفقا للإطار الثقافى والاجتماعى للمجتمع، وبما يتمشى مع المبادئ الدينية.

وفى المؤتمر* الدولى للشباب والرياضة الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة بجامعة حلوان فى الفترة من ١٨-٢١ ديسمبر ١٩٨٥ فى إطار الاحتفال العالمى بالعام الدولى للشباب وبرعاية السيد رئيس الجمهورية محمد حسنى مبارك، قد تم إقرار العديد من التوصيات المرتبطة بما يلى:

- الشباب والاستراتيجية العامة للرياضة.
- هجرة الكفايات الرياضية الشابة إلى الخارج.
- الشباب والرياضة والتنمية.
- الشباب والرياضة والإعلام.
- الرياضة وصحة الشباب.
- الرياضة والشباب المعاق.
- الشباب والرياضة فى الوطن العربى.

ومن أهم التوصيات المرتبطة بالمجالات السابقة، نجد تلك المرتبطة بالشباب والاستراتيجية العامة للرياضة والتى من أهمها:

- يجب النظر إلى الاستراتيجية العامة للشباب والرياضة على أنها عملية استثمارية تسهم فى بناء الشباب المنتج ولها أولوية مثل استراتيجيات التعليم والصحة.
- وضع المناهج فى التربية لمرحلة الطفولة ابتداء من رياضة الأطفال

* المؤتمر العلمى الرابع.

والاهتمام بتوفير إمكانات تنفيذها، باعتبار أن هذه المرحلة تعتبر مرحلة أساسية فى تربية الفرد، كما أنها تمهد أساسا لمرحلة الشباب.

- ضرورة اهتمام أجهزة الدولة ومؤسساتها بجميع أنواع ومستويات الممارسة الرياضية للشباب، وخاصة فيما يرتبط بممارسة الرياضة من أجل الصحة والترويح، واستثمار أوقات الفراغ، وذلك بالإضافة إلى رياضة المستويات العالية.
- وضع خطة من قبل المجلس الأعلى للشباب والرياضة لبناء مجمعات للمنشآت الرياضية المتكاملة واللازمة للممارسة الرياضية وخدمة الشباب، وبحيث تغطى تدريجيا حاجات جميع المحافظات.
- العناية بنشر الثقافة الرياضية ووضع مناهج علمية لها تخدمها المؤلفات، وذلك فى شكل سلسلة «الكتاب الرياضى» تبدأ من مرحلة الطفولة وتستمر إلى مرحلة الشيخوخة.
- دراسة أسباب عزوف الشباب عن ممارسة الرياضة فى مختلف القطاعات تمهيدا لبناء اتجاهات إيجابية لديهم نحو ممارسة الرياضة.

وكذلك نجد أهم التوصيات التالية والمرتبطة بمجال الشباب والرياضة والتنمية، وهى:

- اعتبار التربية الرياضية المدرسية والجامعية من أكثر المجالات تأثيرا على الشباب فيما يرتبط بالتنمية الشاملة للمجتمع، ولذا يجب أن تأخذ مكانتها فى المنهج الدراسى والتعليمى وأن يتوفر لها الإمكانات اللازمة للممارسة الرياضية الجادة لجميع التلاميذ والطلاب بوجه عام، وللفرق المدرسية والجامعية بوجه خاص.
- ضرورة إصدار تشريع يلزم المؤسسات الإنتاجية بتوفير سبل الممارسة الرياضية للعمال، وتشكيل لجان من خبراء الرياضة والإنتاج لوضع محددات وبرامج تتناسب مع كل قطاع من قطاعات الإنتاج من خلال تحليل العمل المهنى ووضع التمرينات البدنية البنائية والتعويضية المناسبة.

أما أهم التوصيات المرتبطة بمجال الشباب والرياضة والإعلام، فكانت على النحو التالى:

- الاهتمام ببث الوعى الرياضى لدى الجماهير وخصوصا لدى الشباب من خلال التصدى لقضايا استثمار أوقات الفراغ ومعالجة انحرافات الشباب عن طريق ممارستهم للمناشط الرياضية.
- ضرورة أن تتبنى كليات التربية الرياضية مع جهازى الإذاعة والتليفزيون مشروع إصدار برامج خاصة بالشباب والرياضة ـ مسموعة ومرئية ـ لتعليم المهارات الرياضية ونشر الثقافة والوعى الرياضى وتنمية الاتجاهات الإيجابية نحو الممارسة الرياضية المنتظمة.

وفى مجال الرياضة والشباب المعاق، فقد أوصى المؤتمر بالتوصيات التالية:

- الاهتمام بالخدمات الرياضية المقدمة للشباب المعاق بما يسمح لهم بالممارسة الرياضية فى حدود قدراتهم سواء كانت هذه الخدمات فى شكل برامج متنوعة أو فى شكل أدوات وأجهزة مناسبة لهم.
- إدخال مادة التربية الرياضية للمعاقين ضمن مناهج كليات التربية الرياضية التى لم تتضمنها مناهجها، وذلك تمهيدا لإعداد القيادات المتخصصة فى هذا المجال.
- إنشاء مجلس أعلى للمعاقين تُمثل فيه كافة الوزارات والهيئات والمؤسسات المعنية لضمان توحيد الجهود والتنسيق الفعال فى مجال خدمة المعاقين.

وكذلك نجد أن أهم التوصيات المرتبطة بمجال الشباب والرياضة فى الوطن العربى، هى:

- أهمية وضرورة عقد مؤتمر يضم خبراء التربية الرياضية والشباب بالوطن العربى للاتفاق على صياغة استراتيجية عربية للشباب والرياضة.

- إجراء الدراسات المقارنة والمتكاملة بين الشباب العربى سواء فى قطرين أو أكثر، والتى تعالج القضايا والموضوعات التى تتصل بمشاكل الشباب والرياضة، وتمهيدا لأن يكون ذلك مقدمة لتبادل المعلومات الرياضية، والشبابية من خلال هذه الدراسات والأبحاث.
- التوصية بإنشاء اتحادات رياضية أهلية فى الأقطار العربية الشقيقة لرياضة «الرماية بالسهام» لكونها رياضة أولمبية تناسب الشباب.

ولقد أقام المجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية ندوة علمية بعنوان الرياضة للجميع وذلك فى الفترة من ١٩-٢٠ ديسمبر ١٩٩١ وقد تم التوصل من خلال فعاليات الندوة* إلى إقرار التوصيات التالية:

أولا: بناء استراتيجية للرياضة للجميع كنظام يدعو لممارسة مختلف قطاعات الشعب ومختلف المراحل السنية من الطفولة وحتى الكهولة، وفقا لاحتياجات الفرد وقدراته واستعداداته، وذلك من خلال:

١- تحليل لواقع الممارسة الرياضية كحق وحاجة لأفراد المجتمع بناء على تحديد فلسفة واضحة للرياضة للجميع وما قد يظهره هذا التحليل من مشكلات تتعلق بالأمية الرياضية، أو عدم الوعى بأهمية الرياضة للجميع، أو عدم المشاركة الإيجابية للإعلام نحو استثارة دافعية مختلف أفراد الشعب لممارسة الرياضة، أو عدم اهتمام ووعى المسئولين بالرياضة للجميع.

٢- وضع سياسة عامة لتنفيذ خطة لنشر الرياضة للجميع تنبع من نتائج تحليل الواقع وتحديد المشكلات وماتتطلع إليه الدول من أهداف مستقبلية وما يفرضه المجتمع من قضايا عامة مثل زيادة وقت الفراغ، وتعرض الشباب لمشكلات أخلاقية وبدنية.

٣- تحديد أهم العناصر التى تلعب دورًا فى تحقيق الاستراتيجية والمتمثلة فى زيادة عدد الممارسين لمناشط الرياضة للجميع، تنوع

* شارك المؤلف فى فعاليات ومناقشات الندوة وفى صياغة التوصيات المرتبطة بموضوع الندوة.

مستويات الممارسة، التوجيه الإعلامى، الريادات الموجهة، تشريع استخدام الإمكانات المتاحة سواء الحكومية منها أو الأهلية، توفير الإمكانات المادية.

٤- تحديد أهداف عامة لخطط مستقبلية وخطط مرحلية مقسمة إلى أهداف إجرائية تنفيذية متضمنة نوعية المناشط ومستوياتها المختلفة، وطرق تقدير الناتج منها، والإمكانات الضرورية لتنفيذها.

٥- تحديد خطط زمنية لتنفيذ البرامج تتضمن خطط عاجلة وخطط مستقبلية مع وضع نظام مستمر للمتابعة والتقويم.

ثانيا: انطلاقا من أن الرياضة للجميع حق وحاجة لكل فرد فى المجتمع، أوصت اللجنة بأن يتبنى المجلس الأعلى للشباب والرياضة بمختلف اجهزته وإداراته فى المحافظات، وبما يتوافر للمجلس من إمكانات مختلفة، وبمساندة الأجهزة فى قطاعات التعليم بمختلف مراحله، وكليات التربية الرياضية، والهيئات الأهلية من اتحادات وأندية ومراكز الشباب، الدفع بمشروع الرياضة للجميع وذلك من خلال:

- الاهتمام بمناشط التحمل الدورى التنفسى مثل المشى، الجرى، الهرولة، الوثب بالحبل، السباحة، التمرينات الإيقاعية، الرقص الهوائى.
- إحياء الألعاب الشعبية والبيئية من خلال تشجيع ممارستها وتطويرها.
- تشجيع ممارسة مناشط الترويح الرياضى بالخلاء.
- الاهتمام ببرامج اللياقة البدنية.

ثالثا: من خلال إجماع المناقشين لموضوع الندوة وهم من المتخصصين فى مجال الرياضة للجميع وفى مجال الإعلام، على أهمية الإعلام لمحو الأمية الرياضية لدى أفراد الشعب وما لذلك من أهمية فى تشجيع الممارسة الرياضية، توصى اللجنة بالدفع بمجموعة من البرامج الإعلامية الرياضية المقروءة والمسموعة والمرئية فى شكل تمثيليات

وفكاهات وإعلانات وأفلام وشعارات، وذلك لتكوين اتجاهات إيجابية لدى أفراد الشعب نحو ممارسة مناشط الرياضة للجميع.

رابعا: دعوة الوزراء المشكلين للمجلس الأعلى للشباب والرياضة لاتخاذ القرارات التنفيذية المعنية لنشر نظام الرياضة للجميع.

خامسا: الاهتمام بتشكيل اتحاد الرياضة للجميع وذلك فى القريب العاجل للقيام بمسئوليته نحو تنفيذ برامج الرياضة للجميع فى جمهورية مصر العربية.

سادسا: تشكيل ورش عمل بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة يضم المهتمين والمختصين لوضع البرامج التنفيذية العاجلة المحققة للاستراتيجية مع دراسة للتوصيات التنفيذية المنبثقة من المحاضرات والمناقشات التى تخللت ندوة الرياضة للجميع.

سابعا: التأهيل المهنى لقادة الرياضة للجميع للعمل فى كافة قطاعات الدولة وذلك قبل مرحلة تنفيذ المشروع.

وفى مؤتمر «رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى»* الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة بجامعة حلوان بالتعاون مع الاتحاد العربى للتربية البدنية والرياضة وذلك خلال الفترة من ٢٢- ٢٤ ديسمبر ١٩٩٣، قد شارك فى فعاليته وفود رسمية وباحثين من المملكة العربية السعودية، المملكة المغربية، المملكة الأردنية الهاشمية، دولة البحرين، دولة قطر، دولة الكويت، دولة الإمارات العربية المتحدة، سلطنة عمان، دولة فلسطين، الجمهورية العربية الجزائرية، الجمهورية اليمنية، الجمهورية التونسية، السودان، الولايات المتحدة الأمريكية، وذلك بالإضافة إلى جمهورية مصر العربية الدولة المنظمة للمؤتمر.

ولقد تصدى المؤتمر خلال فترة انعقاده للقضايا العلمية المرتبطة بالتربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى، وهى:

* المؤتمر العلمى السادس.

- رؤية مستقبلية للتربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى.
- رؤية مستقبلية للثقافة والرياضة.
- رؤية مستقبلية لدور الرياضة فى السياحة.
- رؤية مستقبلية نحو معالجة مشكلات القوى العاملة فى المجال الرياضى.
- رؤية مستقبلية نحو وضع استراتيجية للتربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى.

ولقد أقر المؤتمر العديد من التوصيات المرتبطة بالقضايا العلمية التى ناقشها المجتمعون، وكانت على النحو التالى:

أولا: فيما يرتبط بوضع استراتيجية للتربية البدنية فى الوطن العربى، كانت أهم التوصيات التالية:

- تبادل الخبرات العربية فى مجال تطوير مناهج التربية البدنية المدرسية فى الوطن العربى.
- التأكيد على إنشاء آليات تطوير المناهج فى مجال التربية البدنية المدرسية فى الوطن العربى ودعمها بالإمكانات البشرية والمادية ضمانا لتنفيذ التطوير المستمر فى المناهج وفى الوقت المناسب.
- التأكيد على استخدام أسلوب التربية الحركية فى التدريس لأطفال مرحلة ما قبل الدراسة لمناسبته لخصائص مراحل نموهم وتزويدهم بالخبرات التربوية والتعليمية المتنوعة.
- إدخال مادة التربية الحركية ضمن المقررات الدراسية لكليات ومعاهد التربية البدنية لتكوين الاتجاه والوعى الثقافى لدى الطلاب المعلمين بأهمية التربية الحركية لأطفال مرحلة ما قبل الدراسة.
- وضع خطط علمية لإجراء المزيد من الأبحاث والدراسات العلمية فى مجال التربية الحركية لتطوير مفهومها وفاعليتها فى عملية نمو وتعليم أطفال مرحلة ما قبل الدراسة.

- التأكيد على أهمية إشراف وزارة التربية والتعليم أو المعارف على دور رياض الأطفال بدلا من إشراف وزارة الشئون الاجتماعية عليها.

ثانيا: فيما يرتبط بوضع استراتيجية للرياضة فى الوطن العربى، كان أهم التوصيات التالية:

- إنشاء مدارس للمتفوقين رياضيا وإلحاقها بكليات ومعاهد التربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى لتنمية وتطوير قدراتهم ومهاراتهم وفقا لأحدث الأساليب العلمية والتقنية.
- دعم وسائل الاكتشاف المبكر للمواهب الرياضية للأطفال فى الوطن العربى تأكيدا على الارتقاء بالعملية التعليمية والتدريبية والإبداعية والتنمية البشرية فى المجال الرياضى وتحديد معايير ومستويات للانتقاء.

ثالثا: فيما يرتبط بمجال الرياضة للجميع فى الوطن العربى، كانت التوصيات التالية:

- إجراء المزيد من البحوث العلمية التى تتناول موضوعات الرياضة للجميع بالدراسة فى الوطن العربى.
- التأكيد على إجراء الدراسات العلمية التى تتناول تحديد كم أوقات الفراغ لدى أبناء الوطن العربى والكشف عن أهم الميول الرياضية لديهم.
- اهتمام كليات ومعاهد التربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى بإعداد قيادات مؤهلة فى مجال الرياضة للجميع.
- الاهتمام ببناء البرامج فى مجال الرياضة للجميع فى الوطن العربى للمعاقين وللمسنين وللمرضى.
- الاهتمام بتنظيم المهرجانات الرياضية فى الوطن العربى والاستفادة من المناسبات والأعياد القومية فى إقامتها.

- التأكيد على إحياء الألعاب الشعبية والبيئية فى مختلف البلدان العربية واستثارة دافعية أبناء الوطن العربى لممارستها.
- الاهتمام ببناء برامج اللياقة البدنية لمختلف المراحل السنية وفقا للمعايير العلمية وكذلك الاهتمام بمناشط رياضات الخلاء فى الوطن العربى.

رابعا: فيما يرتبط بمجال الثقافة والتربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى، كانت أهم التوصيات التالية:

- تزويد مكتبات المدارس ومراكز الشباب والساحات الشعبية والأندية وقصور الثقافة والقوافل الثقافية المتنقلة بالمراجع العلمية والثقافية التى تتناول بالدراسة موضوعات التربية البدنية والرياضة والتى تتناسب مع جميع المراحل السنية.
- الشروع فى إصدار سلاسل من الكتب الثقافية فى مجال التربية البدنية والرياضة وإعداد الموسوعات الرياضية للأطفال وللنشء والكبار من قِبَل وزارات الثقافة وبالتعاون مع الكليات ومعاهد التربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى.
- التأكيد على تخصيص مساحات من الوقت للموضوعات التى تتناول التربية البدنية والرياضة بالدراسة فى إطار الندوات الثقافية الجماهيرية التى تنظمها الهيئات العربية المهتمة بالثقافة فى المعارض المحلية والعربية والدولية، على أن يشارك فيها المهتمين والمتخصصين فى مجال التربية البدنية والرياضة مع المفكرين والأدباء فى مجال الثقافة والإعلام.
- بناء استراتيجية إعلامية لنشر الثقافة الرياضية وذلك لمحاربة الأمية الرياضية ودحض المفاهيم الخاطئة المرتبطة بالممارسة الرياضية لدى الأفراد فى الوطن العربى.

خامسا: فيما يرتبط بمجال الرياضة والأسرة فى الوطن العربى، كانت التوصيات التالية:

- إهتمام الأسرة بتكوين مكتبة تشتمل على الكتب والمجلات الرياضية المصورة والتى تتفق مع خصائص مراحل نمو أبنائهم.
- إعداد برامج تثقيفية لتوعية أولياء الأمور بأهمية الممارسة الرياضية لأبنائهم ولدحض المفاهيم الخاطئة لديهم عن ممارسة النشاط الرياضى.
- ضرورة مشاركة الوالدين لأبنائهم فى مناشط الخلاء وفى الرحلات وفى اصطحابهم إلى النوادى ومراكز الشباب والساحات الرياضية.
- ضرورة إلمام الوالدين بطرق الكشف عن الميول الرياضية لأبنائهم لتوجيههم نحو أوجه النشاط المناسبة لهم.
- توعية الأسرة بدور وأهمية ممارسة أبنائهم للمناشط الرياضية تحقيقا لاستثمار أوقات الفراغ وتجنبا لمشكلات الانحراف والإدمان.

سادسا: فيما يرتبط بمجال التعاون العربى، أقر المؤتمر التوصيات التالية:

- تدعيم العلاقات بين كليات التربية البدنية والهيئات المسئولة عن الرياضة والشباب والمؤسسات العاملة فى المجال الرياضى فى الوطن العربى.
- التعاون بين كليات التربية البدنية فى الاتفاق على توحيد التعريف بالمفاهيم والمصطلحات المتداولة فى مجال التربية البدنية والرياضة فى الوطن العربى.
- تكوين لجنة دائمة من قبل كليات التربية البدنية فى الوطن العربى لاطلاع الجهات المعنية بالتوصيات المنبثقة من المؤتمرات العلمية التى يتم تنظيمها فى مجال التربية البدنية والرياضة ومتابعة تنفيذها.
- التعاون بين الكليات ومعاهد التربية البدنية فى الوطن العربى لإحياء اتحاد كليات ومعاهد التربية البدنية لتبادل الأبحاث والدراسات العلمية والخبرات الميدانية فى هذا المجال.

- إرساء التعاون بين كليات التربية البدنية ووزارات التربية والتعليم أو المعارف فى الوطن العربى فى مجال إعداد كتيبات ونشرات علمية ودورية لمعلمى التربية البدنية تتناول توضيح أحدث التطورات العلمية والمستحدث فى مجال المهنة.

سابعا: فيما يرتبط بمجال الاستثمار العربى، أقُرت التوصيات التالية:

- تشجيع رجال الأعمال بالوطن العربى على الإسهام فى تمويل مشروعات الرياضة للجميع وفى توفير التجهيزات والتسهيلات اللازمة لممارسة المناشط الرياضية بالمدارس.
- دعوة رجال الأعمال فى الوطن العربى لإنشاء قاعدة صناعية فى المجال الرياضى لتصنيع الوسائل والتجهيزات الرياضية المختلفة.
- تحفيز رجال الأعمال فى الوطن العربى على إنشاء القرى الرياضية والسياحية.
- دعوة رجال الأعمال للتبرع لإنشاء المدارس الرياضية النموذجية فى الوطن العربى.

وفى المؤتمر السابع الذى نظمته كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة «الرياضة والمبادئ الأولمبية: التراكمات والتحديات» وذلك فى الفترة من ٢٨-٣٠ ديسمبر١٩٩٤، شارك فى فعاليته العديد من الباحثين والمسئولين بالعديد من الدول العربية والدول الأجنبية ومنهم: المملكة الأردنية الهاشمية، المملكة العربية السعودية، دولة الكويت، دولة البحرين، دولة الأمارات العربية المتحدة، الجمهورية اليمنية، فرنسا، الولايات المتحدة الأمريكية، إلى جانب جمهورية مصر العربية. كما شارك فى فعالية المؤتمر العديد من الهيئات المصرية والعربية واللجنة الأولمبية المصرية والاتحادات الرياضية المصرية والعديد من الجامعات المصرية والعربية وجامعة الدول العربية.

ويعتبر هذا المؤتمر الأول من نوعه فى تناول الرياضة والمبادئ الأولمبية: التراكمات والتحديات، لكونه يتناول موضوعا من أهم الموضوعات المعاصرة

خاصة بعد صدور موافقة الجمعية العمومية للأمم المتحدة بالاجماع فى ٢٥ أكتوبر ١٩٩٣ وتوصية اللجنة الأولمبية الدولية إلى جميع اللجان الأولمبية الأهلية فى دول العالم على اطلاق لقب «العام الدولى للرياضة والمبادئ الأولمبية». على عام ١٩٩٤، إلى جانب الاحتفال بالعيد المئوى للجنة الأولمبية الدولية فى ٢٣ يونيو ١٩٩٤.

ولقد ناقش المؤتمر من خلال ندواته وورش العمل العديد من القضايا والموضوعات العلمية، والتى كان احداها موضوع «الرياضة للجميع فى ضوء الفكر الأولمبى». كما صدر عن المؤتمر توصيات ترتبط بكل من:

أولا: التراكمات والتحديات التى تواجه الحركة الأولمبية.

ثانيا: المشروع القومى للناشئين الرياضيين.

ثالثا: الاعداد النفسى للرياضيين.

رابعا: التراكمات والتحديات التى تواجه الرياضة للجميع.

خامسا: الرياضة المدرسية.

سادسا: الاعلام.

سابعا: نظم المعلومات فى المجال الرياضى.

ثامنا: النواحى الطبية والصحية.

تاسعا: النواحى الاقتصادية والهيئات العاملة فى المجال الرياضى.

ولقد تضمنت التوصيات المرتبطة بالتراكمات والتحديات التى تواجه الرياضة للجميع، مايلى:

- تخطيط مشروع قومى لبرامج الرياضة للجميع يتناسب مع كل قطاع من قطاعات الشعب المصرى فى مختلف المجالات.
- تنسيق التعاون بين ادارة الرياضة للجميع بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة والمتخصصين بكليات التربية الرياضية بجمهورية مصر العربية.
- زيادة الميزانيات المخصصة من قبل المجلس الأعلى للشباب والرياضة لتمويل

برامج الرياضة للجميع، حيث انها تتناول الحفاظ على صحة الشعب المصرى وتطويرها وذلك فى كل قطاعاته وفئاته المختلفة.

- وضع خريطة اعلامية لتنمية الثقافة فى مجال الرياضة للجميع.
- الاهتمام ببرامج ممارسة المرأة للرياضة للجميع والتخطيط لها فى ضوء المعايير والأسس العلمية والاجتماعية وبما يتفق وقيم وتقاليد المجتمع المصرى.
- مناشدة الدولة لمراعاة توفير طرق لممارسة المشى والدراجات عند التخطيط للمدن الجديدة لممارسة مناشط الرياضة للجميع.

كما تضمنت التوصيات المرتبطة بالرياضة المدرسية تأكيد الاهتمام بها باعتبارها قاعدة عريضة لتحقيق المستويات الرياضية العالية، ومن جهة أخرى لتوجيه النشء والشباب إلى مناشط ايجابية تتفق مع رغباتهم وميولهم الطبيعية ولتقيهم من الانحراف والارهاب.

وفى هذا المؤتمر تم عرض ومناقشة (٣٤) بحثا علميا متخصصا فى الموضوعات والقضايا العلمية التى تناولتها مجالات ومحاور المؤتمر. ولقد شارك المؤلف بدراسة عن «الرياضة للجميع فى ضوء الفكر الاولمبى» وتناول من خلالها التأكيد على مفهوم وأهداف ودوافع ممارسة الرياضة للجميع وكذلك التأكيد على ان فكر الرياضة للجميع يتفق والفكر الاولمبى فى العديد من المبادئ والمثل التربوية والاجتماعية، حيث أن كل منهما مبنى على أسس تربوية واسس اخلاقية واسس اجتماعية تهتم بالفرد وبالمجتمع فى اطار من القيم والمثل المرتبطة بالحرية وبالعدالة وبالمساواة وبالديمقراطية.

وفى المؤتمر العلمى الدولى «التنمية البشرية واقتصاديات الرياضة ـ التجسيدات والطموحات» الذى نظمته* كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة بجامعة حلوان وذلك خلال الفترة من ٢٧ ـ ٢٩ ديسمبر ١٩٩٥، قد شارك فى فعاليته وفود رسمية وباحثين من المملكة الاردنية الهاشمية، دولة البحرين، دولة الكويت، دولة قطر، دولة الامارات العربية المتحدة، سلطنة عمان،

* المؤتمر العلمى الثامن.

الجمهورية الليبية، الولايات المتحدة الأمريكية، وذلك بالاضافة إلى جمهورية مصر العربية الدولة المنظمة للمؤتمر.

ولقد أقر المؤتمر العديد من التوصيات المرتبطة بالمشكلات وبالقضايا العلمية التى ناقشها المؤتمرون، وكانت على النحو التالى:

أولا: فيما يرتبط بالتربية الرياضية والتنمية البشرية، كانت أهم التوصيات التاليه:

- نشر الوعى بأهمية الممارسة الرياضية من أجل «الصحة واللياقة»، باعتبارها المظلة الأكثر شمولا واتساعا من رياضة المستويات العالية.
- العمل على تطوير العلوم الصحية بكليات التربية الرياضية لاعداد الخريج المؤهل لخدمة قطاعات كبار السن من الجنسين والمعاقين والابطال الرياضيين بعد الاعتزال.

ثانيا: فيما يرتبط بالرياضة والانتاج، كانت أهم التوصيات التالية:

- مراعاة تخصيص المساحات المناسبة من الأرض الفضاء لاقامة الملاعب والمنشآت الرياضية عند التخطيط لانشاء المدارس والمصانع ووحدات الانتاج المختلفة، مع مراعاة الا يتم التوسع فى المستقبل على حساب تلك المساحات.
- تقديم برامج رياضية تتناسب مع نوعيات العمل المختلفة داخل وخارج وقت العمل، تستهدف الحد من اصابات العمل وتأخير منحنى التعب للتقليل من فترات الاجازات المرضية والوقاية من الاصابة بأمراض العصر كالسمنة، وضغط الدم، والسكر، وتصلب الشرايين، والذبحة الصدرية.
- الاهتمام بالمناشط الرياضية والترويحية التى يمكن من خلالها التصدى لبعض المشكلات النفسية والاجتماعية التى يتعرض لها الشباب كالتطرف والادمان.
- تطوير البرامج الرياضية فى مؤسسات الثقافة العمالية، بحيث تؤكد على برامج الرياضة للجميع بجانب الرياضة التنافسية.

- توجيه الباحثين والاكاديميين نحو اجراء المزيد من البحوث الميدانية المتصلة بالرياضة والانتاج.

ثالثا: فيما يرتبط بالرياضة والسياحة، كانت أهم التوصيات التالية:

- استغلال البيئة المصرية لنشر الرياضة من خلال تنشيط السياحة فى معظم المناطق فى جمهورية مصر العربية.

رابعا: فيما يرتبط باقتصاديات التدريب والمنشآت الرياضية، كانت أهم التوصيات التالية:

- العمل على تصنيع الأدوات الرياضية محليا، وتخصيص الاستثمارات المادية والبشرية اللازمة لذلك، والاستعانة بالمتخصصين فى هذا المجال.
- استغلال المنشآت الرياضية فى المدارس كمراكز لخدمة البيئة فى فترات العطلات الرسمية للتغلب على مشكلة التمويل المالى فى الرياضة.

خامسا: فيما يرتبط بالتمويل والتسويق فى المجال الرياضى، كانت أهم التوصيات التالية:

- حث وتشجيع الهيئات المختلفة العاملة فى مجال النشاط الرياضى على الاهتمام بالتمويل الذاتى والتسويق، وان تقلل من اعتمادها على التمويل الحكومى، وبحيث يقتصر التمويل الحكومى على قطاع الرياضة المدرسية الذى يمثل القاعدة العريضة من النشء.
- ايجاد الأساليب المناسبة والمقبولة لمشاركة الجماهير وبعض رجال الأعمال والهيئات فى التمويل.

سادسا: التوصيات العامة الصادرة عن المؤتمر، وهى:

- تطوير استراتيجيات العمل التربوى فى مجالات اعداد وتدريب القادة والمعلمين وفقا لأسس التدريب المبنية على تحقيق الكفاية، وذلك بغرض مسايرة احدث الاتجاهات العلمية والتربوية المعاصرة*.

---

* لقد شارك المؤلف فى المؤتمر بدراسة عن: «التدريب أثناء الخدمة لمعلمى التربية الرياضية وفقا لبرامج المعلمين المبنية على الكفاية فى ضوء مفهوم التنمية البشرية».

- استثمار جزء من المعونات والخدمات التى تقدمها بعض الدول والهيئات والمنظمات الدولية والعالمية لخدمة المجال الرياضى على المستوى المحلى بما يكفل التنمية البشرية.
- العمل على تطوير وتحديث انماط السلوك الادارى والافادة منه فى المجال الرياضى والترويحى كأساس فى التنمية البشرية وتنمية المجتمع فى كافة المجالات.
- الاهتمام بالمناشط الرياضية المستحدثه والعمل على دعمها من الناحية المالية وتوفير الامكانات اللازمة لنشرها على المستوى المحلى لمواكبة التقدم الدولى فى هذا المجال.

خاتمـــة

انتشرت الرياضة للجميع فى العديد من الدول وذلك كما فى ألمانيا الاتحادية وألمانيا الديمقراطية (سابقا) وفى الولايات المتحدة الأمريكية وفى الاتحاد السوفيتى (سابقا) وفى السويد والدانمارك والنرويج وكندا وفنلندا وسويسرا وهولندا وبلجيكا واليابان وانجلترا وايرلندا وفرنسا وايطاليا وأسبانيا واستراليا وتشيكوسلوفاكيا والصين وبلغاريا، كما عُرفت فى العديد من الدول النامية.

ولقد مرت حركة الرياضة للجميع بالعديد من المراحل فى العديد من الدول بغرض تطوير مفهومها وأهدافها واستحداث لمناشطها ولأشكالها وتدعيم مواردها المالية وتوفير إمكاناتها وذلك من قبل الهيئات الحكومية والهيئات الأهلية، ومن قبل المنظمات الدولية والعالمية، لتحقيق التعاون الدولى فى الارتقاء بها وتعميم التجارب الناجحة فى العديد من الدول وبما يتفق مع ظروف تلك المجتمعات وبما يتمشى مع تراثها الثقافى.

فقد حظيت حركة الرياضة للجميع بالرعاية وبالدعم من العديد من الهيئات والمنظمات الدولية والعالمية وذلك كالاهتمام الذى حازت عليه من المجلس الأوربى والاتحاد الدولى للتربية البدنية والمجلس الدولى للتربية البدنية والرياضة

ومنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (UNESCO) واللجان الأولمبية الأهلية والدولية ومن الجمعيات القومية والدولية التى تهتم بدعمها ونشرها، وذلك إلى جانب جهود الاتحاد الدولى للرياضة للجميع الذى تأسس فى اليوم الثالث من ابريل ١٩٨٢ بمدينة ستراسبورج Strasburg فى فرنسا.

كما ساند هذه الحركة ودعمها وسائل الاتصال الجماهيرى والدراسات والبحوث العلمية والمواثيق الصادرة عن المنظمات والهيئات الدولية والتى تؤكد على ضرورة توفير النشاط الرياضى أو الحركى لكل فرد فى المجتمع كحق أساسى له، وذلك كما جاء فى الميثاق الأوربى للرياضة للجميع الذى صدر فى بروكسل فى عام (١٩٧٥) عن مؤتمر وزراء الرياضة فى أوربا، وفى الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة الذى تم إقراره فى المؤتمر العام لمنظمة الأمم المتحدة للتربية والعلوم والثقافة (UNESCO) فى الحادى والعشرين من نوفمبر ١٩٧٨.

من جانب آخر ساهم فى تدعيم حركة الرياضة للجميع عقد المؤتمرات القومية والدولية والعالمية التى تناولت موضوعات الرياضة للجميع بالبحث والدراسة، والتى أشارت إلى العديد من النتائج التى اسهمت فى تطوير حركتها. ولقد اهتم بعقد تلك المؤتمرات العديد من الدول الأوربية والأمريكية وبعض الدول النامية والدول العربية.

إلا أنه بالرغم من انتشار حركة الرياضة للجميع وتطورها فى العديد من الدول المتقدمة والدول النامية، فإنها تواجه العديد من التراكمات والتحديات التى تعترض مسيرة تقدمها وانتشارها فى العديد من الدول أو التى تؤدى إلى عدم تحقيق أهدافها المرجوة.

ولقد أشار محمد الحماحمى إلى أن تلك التراكمات والتحديات تتحدد فى العديد من المشكلات التى ترتبط بالمجتمع وبالمواطنين وببرامج الرياضة للجميع وبالتعاون الدولى فى هذا المجال. ولذا يجب تكثيف الجهود القومية والدولية والعالمية من أجل مواجهة تلك التحديات والتغلب على مشكلاتها بغرض دعم حركة الرياضة للجميع.



الفصل الثالث

اهتمامات بعض الدول الأوربية بالرياضة للجميع

- مقدمة
- الرياضة للجميع فى ألمانيا الديمقراطية.
- الرياضة للجميع فى ألمانيا الاتحادية.
- الرياضة للجميع فى كندا.
- الرياضة للجميع فى النرويج.
- الرياضة للجميع فى بلجيكا.
- الرياضة للجميع فى إيطاليا.

الفصل الثالث

اهتمامات بعض الدول الأوربية بالرياضة للجميع

مقدمة

لقد شهدت حركة الرياضة للجميع العديد من تجارب الدول الأوربية والعربية فى هذا المجال، كما شهدت زيادة فى الطلب على مناشطها من قبل المواطنين. ولقد ساهم فى ذلك الحملات الإعلامية التى نظمتها العديد من تلك الدول. وفى تقرير قدمه أندريه فان ليرد André Van Lierde لمجلس الرياضة للجميع الذى كان معقودًا فى روما فى يونيو (١٩٨٢) عن تحليل لحملات الرياضة للجميع فى أوربا بين سنوات (١٩٧٨ ـ ١٩٨١)*، أشار إلى أهم ما يلى:

- اهتمام الدول بالحملات الإعلامية للرياضة للجميع وذلك من حيث التخطيط والاستمرارية والانتظام فى أدائها.
- يقدم لتلك الحملات الإعلامية العديد من الخدمات والتنظيمات المتخصصة بغرض تحقيق أهدافها.
- تحقق تلك الحملات للجماعات المستهدفة منها وللفئات الخاصة العديد من المكاسب والفوائد.
- تقدم المكافآت أو الجوائز لمستويات الأداء التى يتم تحقيقها خلال فترة زمنية ممتدة وذلك لضمان استمرارية الممارسة.

---

* Analyse des Campagnes Sport pour Tous entre (1978 - 1981) en Europe.

- يتم العمل من أجل تنظيم هذه الحملات على المستوى المحلى وليس على المستوى المركزى، كما يتم العمل على جعل مناشط الفراغ والترويح فى متناول الجميع.

- التوجه نحو:

- الرياضات التقليدية التى يتم ممارستها وتنفيذها فى أشكال مبسطة.

- الرياضات الجديدة.

- الألعاب التى تؤدى فى الاحتفالات.

- التأكيد على الدور الهام لوسائل الإعلام فى الدعاية لحملات الرياضة للجميع.

كما يؤكد المتخصصون فى مجال الرياضة للجميع على أهمية العناصر التالية فى الحملات التى تهدف إلى دعم حركة الرياضة للجميع، وهى:

- الخدمات التى يتم توفيرها للرياضة للجميع.
- البرامج.
- المناشط الموجهه نحو الرياضة وكذلك الأشكال المستحدثة لممارسة الرياضة.
- الحركات التى تهتم باللعب.
- الحركات التى تهتم بالجماعات المستهدفة.
- الحركات التى تستهدف الفئات الخاصة.
- الدبلومات والشارات والشهادات التى تمنح لممارسى مناشط الرياضة للجميع.
- المساعدات الخارجية لدعم حركة الرياضة للجميع.
- الإمكانات التى يتم توفرها للرياضة للجميع.
- إعداد المتخصصين فى مجال الرياضة للجميع.

- البرامج التعليمية فى المجال الرياضى.

ومن أهم الحملات الإعلامية للرياضة للجميع التى تم تنظيمها فى العديد من الدول الأوربية نجد ما يلى:

- Trim (كن فى حالة صحية جيدة) وذلك فى كل من النرويج، والسويد، والدانمارك، واليابان، وألمانيا الاتحادية.
- الرياضة للجميع Sport for All فى انجلترا.
- اللياقة البدنية والرياضة Physical Fitness and Sports فى الولايات المتحدة الأمريكية.
- ألألعاب من أجل الشباب Jeux sur la jeunesse فى ايطاليا.
- تريض جيدًا Sportez - vous bien فى فرنسا.
- من الحركة إلى الصحة Par le mouvement à la santé فى تشيكوسلوفاكيا.
- أسرع نحو الميل Hâte - toi sur le mile فى ألمانيا الديمقراطية.

الرياضة للجميع فى دولة المانيا

تولى دولة المانيا اهتماما هائلا للرياضة للجميع وذلك من قبل ان يتم توحيدها فى عام (١٩٩١). ولذا سوف نتطرق إلى عرض اهتمامات كل من المانيا الديمقراطية والمانيا الاتحادية بالرياضة للجميع.

الرياضة للجميع فى ألمانيا الديمقراطية

تُعد الرياضة فى دولة ألمانيا الديمقراطية - سابقًا - وسيلة رئيسية لتكوين شخصية الفرد، ولهذا فإن الدولة تعمل على تحقيق السعادة والاستجمام لأكبر عدد من مواطنيها من خلال توفير الفرص لممارستهم للرياضة واللعب. ويؤكد ذلك دستور الدولة والقوانين التى تنص على أهمية وضرورة إتاحة الفرص

أمام كل مواطن لممارسة النشاط الرياضى، وذلك كما جاء فى قوانين الشباب والعمل، وفى قرارات الهيئات الرياضية كاتحاد الرياضة والجمباز الألمانى، اللجنة الأولمبية الوطنية لجمهورية ألمانيا الديمقراطية، سكرتارية الدولة لشئون التربية البدنية والرياضة.

وينص دستور جمهورية ألمانيا الديمقراطية فى مادته رقم (١٨) على ما يلى: «تخدم التربية البدنية والرياضة والسياحة ـ بوصفهم من عناصر الثقافة الاشتراكية ـ التطور الفكرى والبدنى الشامل للمواطنين».

وتنص المادة رقم (٢٢٣) من قانون العمل فى جمهورية ألمانيا الديمقراطية على ما يلى: «يجب أن تلتزم المؤسسات بالعمل على تشجيع العمال على ممارسة النشاط الرياضى بانتظام، وتقديم الدعم للمنظمات القاعدية لاتحاد الرياضة والجمباز الألمانى بجمهورية ألمانيا الديمقراطية، وذلك لتطبيق حق المساهمة من قبل المؤسسات فى الحياة الثقافية وفى التربية البدنية والرياضة».

كما تنص تلك المادة أيضًا على ما يلى: «إتاحة المجال أمام أفراد عائلات العمال للمساهمة فى الحياة الفكرية والثقافية والرياضية وذلك حسب ظروف وإمكانات كل مؤسسة».

وكذلك تنص المادة (٣٥) من قانون الشبيبة لجمهورية ألمانيا الديمقراطية على ما يلى: «يجب أن يشجع المسئولين فى الدولة والاقتصاديين والمعلمين والمربين استعداد ومبادرات الشباب لممارسة النشاط الرياضى فى إطار اتحاد الرياضة والجمباز الألمانى، وفى منظمة الشبيبة الألمانية الحرة، وفى الاتحاد الألمانى للنقابات الحرة، وفى جمعية الرياضة، وفى مجموعات الرياضة المدرسية، وفى مجموعات العمال، وإدخال المهام المرتبطة بتشجيع الرياضة والتربية البدنية ضمن الخطط السنوية فى المؤسسات الإنتاجية».

وتنص أيضًا المادة (٣٦) من ذلك القانون على ما يلى: «من واجب أجهزة الدولة أن تعمل على دعم الاسبارتكياد للأطفال والشباب، وأن تعمل

بالتعاون مع المشرفين على حركة الاسبارتكياد، واتحاد الرياضة والجمباز الألمانى، ومنظمة الشبيبة الألمانية الحرة، ومنظمة الطلائع الألمانية، ووزارة التعليم الشعبى وأجهزتها ومؤسساتها، على زيادة الطابع الجماهيرى للاسبارتكياد وذلك على المستوى المحلى والمركزى.

ومن أجل العمل على زيادة أكبر عدد من المواطنين لممارسة النشاط الرياضى وتطوير الحالة البدنية وتحقيق السعادة فى حياتهم، فقد تم تأسيس اتحاد* الرياضة والجمباز الألمانى بجمهورية ألمانيا الديمقراطية فى إبريل ١٩٥٧، وذلك للاسهام فى اتاحة وتوفير الفرص أمام كافة الموطنين الراغبين فى ممارسة النشاط الرياضى وفقا للحقوق المنصوص عليها فى الدستور، إذ يعمل الاتحاد على تحقيق هدفين رئيسيين وهما:

- توفير كافة الامكانات للاطفال وللنشء وللشباب ولكبار السن لممارسة النشاط الرياضى.
- تدعيم الفكر الأولمبى وتوجيهه نحو تحقيق هدف الصداقة والسلام والاحترام والتقدير المتبادل بين شعوب العالم.

وفى استطاعة كل مواطن فى ألمانيا الديمقراطية أن يكون عضواً فى هذا الاتحاد، وأن يمارس أى نوع من أنواع الرياضة التى يرغبها.

ولقد بلغ عدد أعضائه فى عام (١٩٨٤) ما يقرب من (٣٤١٠٠٠٠) عضو، وهو ما يمثل (٢٠,٦٠٪) من عدد المواطنين فى الدولة، تجاوز منهم (١٩٦٠٠٠٠) عضو سن الثامنة عشرة، بينما ما يقرب من (١٣٨٠٠٠٠) عضو تتراوح أعمارهم ما بين سن السادسة والثامنة عشرة من العمر، وما يقرب من (٧٣٠٠٠٠) عضو أقل من ستة أعوام.

* Deutshe Turn Sport Bund (D.T.S.B).

جدول (٢)

اعضاء اتحاد الرياضة والجمباز بجمهورية ألمانيا الديمقراطية من عام (١٩٥٧م) إلى عام (١٩٨٣م)

الأعوام	الأعضاء (بالألف)	نسبة اعضاء لعدد المواطنين
١٩٥٧	١٢٠٠	٪٦,٧٠
١٩٦٠	١٤٠٠	٪٨,٤٠
١٩٧٠	٢٢٠٠	٪١٢,٣٠
١٩٨٠	٣١٠٠	٪١٨,٨٠
١٩٨٣	٣٤٠٠	٪٢٠,٦٠

جدول (٣)

أكثر الألعاب والرياضات انتشارا فى دولة المانيا الديمقراطية عام (١٩٨٣م)

النشاط	عدد الأعضاء الممارسين (بالألف)	النشاط	عدد الأعضاء الممارسين (بالألف)
كرة القدم	٥٦٩,٧٠	الدراجات النارية	٧٦,٨٠
صيد الاسماك	٤٩٣,٢٠	التجوال وتسلق الجبال	٧١,٦٠
الجمباز	٣٧٧,٨٠	الجودو	٥٢,٢٠
البولنج	٢٠٠,٩٠	الفروسية	٤٨,٣٠
العاب القوى	١٨٤,٩٠	التزحلق على الجليد	٤٥,٨٠
كرة اليد	١٥٧,٨٠	التنس	٤٢,٢٠
الكرة الطائرة	١١٩,٨٠	اليخوت	٢٨,٤٠
تنس الطاولة	١١٨,٨٠	الدراجات	٢٧,١٠
السباحة	٨٦,٠٠	الكانوى	٢٦,٧٠
الملاكمة	٢٣,٩٠	ـــــ	ـــــ

وفى مؤتمر الرياضة والجمباز السابع لاتحاد الرياضة والجمباز الألمانى بجمهورية ألمانيا الديمقراطية الذى عقد فى مايو (١٩٨٤)، قام الاتحاد بإقرار المهام التالية من أجل تطوير التربية البدنية الاشتراكية والرياضة، وذلك فى النصف الأخير من الثمانيات، وهى:

- استقطاب ما يقرب من (٣,٨) مليون مواطن من كافة المراحل العمرية لممارسة الرياضة والسياحة بانتظام للانضمام إلى عضويته.
- التوسع فى تقديم إمكانات أوفر وأشمل لمشاركة أعضائه فى مناشط الرياضة والألعاب والسياحة.
- تطوير رياضة الأطفال والشباب ورياضة وقت الفراغ والترويح وكذلك تطوير التمرينات والتدريبات والمسابقات الرياضية التى يقوم الاتحاد بتنظيمها.
- إعداد الرياضيين للمشاركة فى رياضة المنافسات العالية لتمثيل الدولة فى الألعاب الأولمبية وفى البطولات العالمية والأوربية وكذلك فى المنافسات الرياضية الدولية.
- التعاون مع الاتحاد الألمانى للنقابات الحرة ومنظمة الشبيبة الألمانية الحرة فى مجال تطوير رياضة أوقات الفراغ والترويح.
- الاستفادة من شعار «قلبك والرياضة» لترويج قيم الممارسة للنشاط الرياضى وتطوير الحالة البدنية للأفراد، وذلك من خلال إعطاء أولوية لرياضات المشى والتجول والسباحة والتمرينات السويدية فى برامج الرياضة للجميع.
- العمل على مواصلة التطوير النوعى لحركة الأسبرتاكياد* وذلك بغرض التوسع فى إشراك الأطفال والشباب فى ممارسة النشاط الرياضى بانتظام.

ويُعد اسبرتاكياد* Spartakiade الأطفال والشباب من المهرجانات الواسعة الانتشار فى كافة أنحاء جمهورية ألمانيا الديمقراطية، وهذه المهرجانات تقام منذ

---

* لقد سميت هذه المهرجانات بهذا الاسم كرمز للاستعداد للتضحية وللشجاعة الذى كان يمثله زعيم العبيد فى العصور القديمة (اسبارتاكوس).

عام (١٩٦٥). والهدف الرئيسى لتنظيمها هو استقطاب عدد متزايد ومتنامى من الأطفال والشباب لممارسة الرياضة وفقًا للمبادىء الأولمبية.

والاسبارتاكياد هى احتفالات مشتركة يؤديها كل من اتحاد الرياضة والجمباز الألمانى (D.T.S.B) ومنظمة الشباب الألمانية الحرة The Free German Youth ومنظمة الطلائع Young Pioneers ووزارة التعليم Ministry of Education التى تشرف على جميع المدارس بالمانيا الديمقراطية، وتقام الاسبارتاكياد كل سنتين فى المحافظات المختلفة بالدولة والتى يبلغ عددها خمسة عشرة محافظة.

ولقد اشترك فى اسبارتاكياد الأطفال والشباب الذى أقيم فى مدينة ليبزج LEIPZIG فى عام (١٩٧٧) ما يقرب من أربعة ملايين طفل وشاب ممن تتراوح أعمارهم ما بين (١٢-١٨) سنة، ويمثل هذا العدد (٩٥٪) من المجموع الكلى لهذه الفئة العمرية. كما شارك هؤلاء الأطفال والشباب فى الفترة من عام ١٩٧٥م - ١٩٧٧م فى المسابقات والمباريات التجريبية والاختبارات التى تجرى على المستوى المحلى لتحقيق النتائج والمستويات التى تؤهلهم للاشتراك فى اسبارتاكياد المحافظة وكذلك فى الاسبارتاكياد المركزى للأطفال والشباب.

أما العدد النهائى الذى اشترك فى الاسبارتاكياد المركزى فقد بلغ (١٠) آلاف مشترك - تقريبا - وهم الذين حققوا النتائج والمستويات المرجوة فى مسابقات الميدان والمضمار، والسباحة، والغطس، وكرة القدم، وكرة اليد، والكرة الطائرة، والجمباز، والمبارزة، والملاكمة، ورفع الأثقال، والمصارعة، والجودو، والدراجات، والرماية، والتجديف، والكانوى.

كما اقيم فى ليبزج LEIPZIG - مدينة الرياضة A City of Sport - فى عام (١٩٨٣م) مهرجان الرياضة والجمباز السابع وكذلك اسبارتاكياد الأطفال والشباب المركزى التاسع الذى اشترك فى مسابقاته التى أمتدت إلى سبعة أيام ما يقرب من (١٠٠٠٠) من الأطفال والشباب وذلك فى (١٩) من الألعاب والرياضات من أجل احراز (٨٥٦) بطولة.

ولايقتصر اهتمام المانيا الديمقراطية بمجال الرياضة للجميع على تحقيق نتائج طيبة فى مسابقاتها ورفع مستوى الأداء للمشاركين فى مناشطها بل تهتم أيضا بمستواهم الدراسى. اذ لا يسمح للطلاب المتفوقين فى الأداء الرياضى من الاشتراك فى الأسبرتاكياد، إلا إذا كانوا حاصلين على نتائج وتقديرات طيبة فى دراستهم.

وكذلك يجب حصول الطلاب على الشارة الرياضية L' insigne sportif لاشتراكهم فى مسابقات الاسبرتاكياد تأكيدا على تطوير مستوى أدائهم فى العديد من المناشط والرياضات المختلفة.

وبذلك نجد أن المانيا الديمقراطية تهتم بتحقيق التوازن بين أهمية ممارسة الطلاب للنشاط الرياضى ونجاحهم الدراسى.

وتهتم ألمانيا الديمقراطية بتنمية الرغبة ودافع ممارسة الرياضة لدى الأطفال منذ السنوات الأولى من عمرهم، إذ تهتم بالطفل منذ مرحلة ما قبل المدرسة - Pre School من خلال برامج التربية الحركية. كما يتم تعليم الأطفال من سن السابعة وحتى سن العاشرة من العمر أصول ومبادىء السباحة، وذلك فى المسابح العامة التى يتم حجزها طوال فترة ما قبل الظهر لتحقيق هذا الغرض التعليمى.

وكذلك يمارس ما يقرب من (٧٥٪) من الأطفال الرياضة خارج إطار درس التربية البدنية المدرسية - الزامى - وذلك ضمن جماعات الرياضة المدرسية أو فى إطار اتحاد الرياضة والجمباز، وهم يمارسون العديد من المناشط كالجمباز، ألعاب الكرة، الدراجات، الرياضات المائية، الانزلاق على الجليد، التزحلق على الجليد، التجديف، الزوارق والقوارب الشراعية.

وتتيح رياضة الأطفال والشباب والتى تشمل العديد من الألعاب والرياضات الفرصة للاكتشاف المبكر لذوى المواهب الرياضية، وذلك من قبل معلمى التربية البدنية المدرسية أو من قبل المشرفين على المجموعات الرياضية. كما أنه يمكن لأى طفل لديه اهتمامات رياضية خاصة أن يلتحق بقسم الأطفال بإحدى المجموعات الرياضية التابعة لاتحاد الرياضة والجمباز الألمانى.

ويراعى الظروف البيئية والجغرافية عند التخطيط للبرامج التعليمية للرياضة سواء على مستوى المدارس أو على مستوى مجموعات الرياضة التابعة لاتحاد الرياضة والجمباز الألمانى، إذ يتضمن البرنامج التعليمى فى المناطق الجبلية تعليم رياضة الانزلاق والتزحلق على الجليد، وفى المناطق الوفيره بالمياه يتضمن البرنامج تعليم رياضات التجديف والزوارق أو القوارب الشراعية.

كما يوجد بألمانيا الديمقراطية هيئة خاصة تهتم بشئون رياضة أوقات الفراغ للطلاب وهى «المجلس الأعلى لرياضة الجامعات والمعاهد الخاصة». وذلك بغرض استثارة دافعية الطلاب لممارسة النشاط الرياضى بشكل منتظم. وكذلك تهتم ألمانيا الديمقراطية برياضة وقت الفراغ فى إطار العائلة. ولذا فإن كثير من المواطنين يقومون بممارسة النشاط الرياضى فى إطار العائلة أو بمصاحبة الأصدقاء من خلال استفادتهم من الإمكانات المتوفرة فى الطبيعة أو البيئة المحيطة بهم، أو من خلال ممارستهم للنشاط فى المنشآت الحكومية، أو فى المناطق السكنية التى يعيشون فيها، أو فى مراكز الترويح المحلية، أو فى مناطق قضاء وقت الفراغ.

ومن أهم المناشط المفضلة التى يقبل المواطنين على ممارستها فى وقت الفراغ نجد المشى، التجوال ، السباحة، الدراجات، الجرى، التمرينات السويدية بمصاحبة الموسيقى، التنس الأرضى، صيد الأسماك، تنس الطاولة، الريشة الطائرة، كرة القدم، الكرة الطائرة، القوارب والزوارق الشراعية، الانزلاق والتزحلق على الجليد.

ويجدر الإشارة إلى أن ما يقرب من (٣٥٠٠) مواطن من كافة الأعمار قد شاركوا فى سباق السلام للجرى والذى تم تنظيمه فى برلين فى عام (١٩٨٣). كما شارك ما يقرب من (٣٢٠٠٠) من الفتيات والشباب فى مهرجان الرياضة والجمباز (السابع) لجمهورية ألمانيا الديمقراطية والذى أقيم فى ليبزيج فى عام (١٩٨٣).

ومن جانب آخر تولى جمهورية ألمانيا الديمقراطية اهتمام بتكوين جماعات لرياضة كبار السن، ومن أهم أوجه النشاط المرغوبة التى يقبل كبار السن على ممارستها نجد التمرينات، السباحة، التجوال، التنس الأرضى، الريشة الطائرة. كما تهتم بتكوين جماعات خاصة برياضة المتقاعدين عن العمل وذلك فى العديد من المدن والأحياء السكانية.

وكذلك يتم تنظيم مهرجانات رياضية مركزية لكبار السن فى العديد من الألعاب الرياضية وذلك لمرة واحدة فى السنة، ففى مهرجان الرياضة والجمباز (السابع) الذى تم تنظيمه فى عام (١٩٨٣) تضمن برنامجه مسابقات للاعبى الجمباز من كبار السن. ولقد شارك فى هذا المهرجان المواطنين من مختلف المراحل العمرية والتى تمتد من مرحلة الطفولة إلى مرحلة الشيخوخة.

كما تهتم ألمانيا الديمقراطية بالمعاقين، فالاتحاد الألمانى لرياضة المعاقين والذى يضم فى صفوفه أكثر من (١١٠٠٠) عضو يعمل دائمًا على تطوير برامجه الرياضية وذلك لأربع مجموعات أو فئات من المعاقين حتى تتوافق مع طبيعة ودرجة إعاقتهم. وهذه المجموعات تضم فئة المكفوفين وضعاف البصر، فئة فاقدى السمع (الصم)، فئة المعاقين بدنيًا، فئة المصابين بشلل نصفى. وكذلك يتم تنظيم مهرجانات رياضية للأطفال وللشباب المعاقين تتضمن السباحة، تنس الطاولة، كرة المقعد، كرة الماء للمعاقين بدنيًا، كرة السلة، القوس والسهم، ألعاب قذف الكرة.

أما عن الإمكانات، فإن ملكية كافة المرافق الرياضية فى جمهورية ألمانيا الديمقراطية تؤول إلى الشعب، وتدار من قبل الدولة أو من الجمعيات، وهى متوفرة بصورة مجانية لممارسى النشاط الرياضى وكذلك متاح استخدام الأدوات والأجهزة بالمجان.

ومن أهم المرافق الرياضية فى ألمانيا الديمقراطية مركز الرياضة والترويح فى برلين. ويقبل يوميًا على هذا المركز ما يقرب من (٧٠٠٠) مواطن لممارسة

الرياضة، ويستقبل الوافدين إليه منذ الصباح وحتى الليل. ويضم المركز العديد من المنشآت الرياضية، والتى من أهمها ما يلى:

- مجمع للسباحة يضم سبعة مسابح من بينها واحد للمعاقين وآخر للأطفال.
- أماكن لحمامات البخار (السّونا).
- صالة للألعاب الرياضية لممارسة كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة، تنس الطاولة، الريشة الطائرة، وغيرها من الألعاب.
- صالة للمناشط الإيقاعية وذلك لممارسة التمرينات بمصاحبة الموسيقى أو بدون، ولممارسة حركات الجمباز وذلك للأطفال وللشباب ولكبار السن.
- صالة مغطاة للانزلاق وللتزحلق الفنى على الجليد.
- ملاعب وحدائق للأطفال.
- أماكن خاصة للياقة البدنية.
- العديد من المنشآت الرياضية والترويحية للكبار وللصغار، وتشمل ملاعب للريشة الطائرة، وتنس الطاولة، والجولف، والشطرنج.
- أماكن لتوليد الأمواج الصناعية وتعريض الجسم للأشعة الشمسية الصناعية.

ولقد تم بناء مركز الرياضة والترويح فى برلين فى نهاية مارس عام (١٩٨١) ضمن خطط وبرامج جمهورية ألمانيـا الديمقراطية، وذلك بغرض توفير الإمكانات للمواطنين لإتاحة الفرصة لأكبر عدد منهم لممارسة مختلف أوجه النشاط الرياضى.

وتهتم ألمانيا الديمقراطية بنشر لعبة التنس الأرضى بين مواطنيها، حتى أصبحت تلك اللعبة من الألعاب والرياضات الشعبية فيها. كما يُعد اتحاد كرة المضرب* الألمانى من أكبر اتحادات هذه اللعبة فى العالم. وإن كان يحتل المرتبة الثالثة على المستوى القومى بعد اتحاد كرة القدم الألمانى واتحاد الجمباز الألمانى، حيث يضم أكثر من مليون عضو وذلك منذ عام (١٩٧٨).

* التنس الأرضى.

ويرجع فى المقام الأول الفضل إلى المدارس فى كون لعبة التنس الأرضى قد أصبحت من الألعاب الشعبية فى ألمانيا الديمقراطية، حيث تقوم المدارس بتعليم مهاراتها ضمن دروس التربية البدنية. كما أن الأندية فى المدن وفى الريف تعمل من جانب آخر على إتاحة الفرصة للمواطنين ولأعضائها لممارسة تلك اللعبة.

ولقد أشارت نتائج دراسة علمية قام بها معهد علم الاجتماع بجامعة كارلسر بهدف تقديم تحليل علمى ودراسة عن الممارسين للعبة التنس الأرضى، إلى أهم النتائج التالية:

- تمارس الطبقات الاجتماعية الراقية لعبة التنس الأرضى أكثر مما تمارسها الطبقات الشعبية.
- نسبة (١٤٪) من الممارسين للعبة يحصلون على دخل شهرى يقل عن (١٥٠٠) مارك ألمانى.
- نسبة (٧٦٪) من الممارسين للعبة يزيد دخلهم الشهرى عن (١٥٠٠) مارك ألمانى.
- نسبة (٨٪) من أفراد الطبقات ذات الدخل الأقل من (٥٠٠) مارك ونسبة (٢٨٪) من ذوى الدخل الذى يتراوح ما بين (١٥٠٠ - ٢٠٠٠) مارك ونسبة (٣٥٪) من ذوى الدخل الشهرى الذى يزيد عن (٤٠٠٠) مارك ألمانى، ينتمون إلى الأندية الرياضية.

ولزيادة إقبال المواطنين على ممارسة لعبة التنس الأرضى تهتم ألمانيا الديمقراطية ببث العديد من الشعارات التى تستثير دافعية أبنائها لممارسة تلك اللعبة. ومن أهم الشعارات التى تؤكد عليها شعار «هيا نلعب معا.. ففى اللعب السعادة» ومن أهم أهداف ذلك الشعار:

- اقناع المواطنين بأهمية وضرورة اللعب لجميع المراحل العمرية، وأنه لا يقتصر على الصغار فقط.

- إدراك المواطنين بأن اللعب يسهم فى تحقيق السعادة للفرد وفى توطيد العلاقات الإنسانية بين الأفراد وبعضهم والجماعات وبعضها.
- تحفيز المواطنين على اللعب وممارسة الرياضة بطريقة منتظمة.
- إقناع المواطنين بضرورة ترك المساحات الخالية للاستفادة منها فى تنظيم الألعاب وفى بناء ساحات للعب.
- الترخيص للعب فى المناطق الخضراء وإزالة العلامات التى تحظر أو تمنع الدخول إليها.

وتعمل المانيا الديمقراطية على توفير الآف الملاعب لممارسة مواطنها للتنس الأرضى. ففى عام (١٩٧٨) كان يوجد بها ما يقرب من (١٩٣٠٠) ملعب يخضع لعدد (٢٣٠٠) جمعية لكرة المضرب ولأكثر (١٥٠٠) فرع لهذه الجمعيات، إلا أن الدولة قد شرعت فى إعداد وتجهيز (٢٥٠٠٠) ملعب جديد على مساحة (٢٥٠٠) هكتار وبتكلفة تصل إلى مليار مارك ألمانى ـ تقريبًا ـ وكذلك تسعى الدولة إلى إعداد القيادة المهنية المتخصصة فى الإشراف على لعبة التنس الأرضى وفى تدريب المواطنين على تلك اللعبة، مع الحرص على الاستعانة بالقيادة المتطوعة فى هذا المجال.

وتمول ميزانية الرياضة فى ألمانيا الديمقراطية من الميزانية المخصصة من قبل الدولة لهذا الشأن، ولقد بلغت ما قيمته (٤٤٢,٤) مليون مارك فى عام (١٩٨٤)، وذلك من إيرادات اتحاد الرياضة والجمباز الألمانى ـ من إيرادات قيمة اشتراكات المواطنين فى عضوية الاتحاد ـ ومن التبرعات والهبات، ومن بيع الطوابع والمطبوعات.

الرياضة للجميع فى المانيا الاتحادية

تبنى الاتحاد الالمانى للرياضة (D.S.B) فكرة الرياضة للجميع وذلك منذ عام (١٩٥٩م) خلال اجتماعه الذى عقد فى مدينة (Duis Bourg). ولقد أعلن

بعد اجتماعه أنه يجب تبنى فكرة الرياضة للجميع بالتوازى مع الاهتمام بالطرق المعتادة لرياضة المنافسات والتى تتميز بها أوجه نشاط الاندية، وذلك حتى يمكن تلبية احتياجات السواد الاعظم من الشعب فى مجالات الترويح وأوقات الفراغ واللعب والرياضة.

وما أعلنه ويتبناه الاتحاد الالمانى للرياضة انما يؤكد على حرية الفرد فى اختيار أوجه نشاطه فى أوقات فراغه، وكذلك على أهمية تخليص الفرد من أشكال الاحتكار ومن أشكال تجارة المؤسسات فى مناشط وقت الفراغ وأدواته وأجهزته. اذ يجب توفير البرامج الرياضية المتنوعة حتى يمكن تهيئة الفرصة لكل فرد من اختيار أوجه النشاط التى تشبع ميوله، وتتفق مع استعداداته وقدراته البدنية والحركية، والتى تتناسب مع مرحلته السنية ومع نوع جنسه.

ولقد تأسس اهتمام الاتحاد الالمانى للرياضة على نتائج الأبحاث الاجتماعية الجادة، حيث أبرزت النتائج حقيقتان اساسيتان وهما:

- ازدياد وقت الفراغ.
- الحاجة الماسة لمقاومة ما تفرضه المدنية الحديثة والمجتمع الصناعى من تقلص حركة ونشاط الفرد وزيادة التوتر العصبى.

ولذا فان الرياضة للجميع كانت هى الحل الايجابى لاستثمار وقت الفراغ وكذلك تعويض قلة الحركة والنشاط وتقليل مستوى التوتر والقلق لدى الفرد. ولقد انتشرت الرياضة للجميع بفضل دعم الاتحاد الالمانى للرياضة لها واهتمام مختلف المؤسسات بها. فقد حظيت باهتمام الأندية الرياضية، واتحاد المدن الألمانية، والأطباء، والكنيسة، والنقابات المهنية، والمجالس السياسية، والعديد من الجمعيات الأهلية، حيث تضمنت برامجها الرياضة للجميع.

وحتى تحقق الرياضة للجميع أهدافها وحتى تحقق الانتشار السريع، فقد قامت حملة قومية مستمرة وذات افكار متجددة دائما، تدعمها الصحافة والتليفزيون والسينما، ووسائل الاتصال الأخرى. ولقد حققت تلك الحملة

القومية تقدما سريعا وملموسا، حيث ترتب عنها ازدياد عدد الاعضاء الرياضيين المسجلين فى الاتحاد الألمانى للرياضة من (٥٣٠٠٠٠٠) عضو مسجلين فى عام (١٩٥٩م) إلى (١٥) مليون عضوا مسجلين فى عام (١٩٧٥م).

ومن أهم ما تتبعه المانيا الاتحادية فى الرقى والنهوض بالرياضة للجميع حتى تحقق اهدافها السامية، الأعمال التالية:

- دراسات تحليلية لاحتياجات الشعب فى الوقت المعاصر.
- البحث عن الاشكال والطرق المطبقة لمعرفة افضلها مناسبة لاستعدادات وحاجات الممارسين.
- استحداث طرق وأشكال مختلفة عن طرق واشكال رياضة المنافسات التقليدية.
- توفير الامكانات والتسهيلات الرياضية لكافة طبقات الشعب.
- توفير البرامج الرياضية المتنوعة لكافة الأعمار.
- العمل على اعداد القيادات العاملة فى هذا المجال اعدادا متكاملا.
- تقويم ما يتم تنفيذه من خطط ومشروعات فى مجال الرياضة للجميع.

وأهم ما يميز الرياضة للجميع بالمانيا الاتحادية، وكذلك يوضح الاهتمام الذى توليه الدولة للرياضة للجميع، هو أن النادى الرياضى فى المانيا الاتحادية يختلف عن مثيله فى أندية الدول الأخرى، فلم يعد النادى مخصصا لفرق المنافسات بل أصبح ناديا للرياضة للجميع، مع التأكيد على الاحتفاظ بفرقه الرياضية والاهتمام بصفوة لاعبيه. اذ أصبح النادى يقدم كل التسهيلات لأعضائه لممارسة مناشط الرياضة للجميع، سواء رياضة اللعب (Sport - Jeu) أو الرياضة الأسرية (Le Sport Familial)، أو أنواع واشكال اخرى.

ولقد أكد ايريك باير (Dr. Erik Beyer) - المدير السابق لمعهد التربية الرياضية بجامعة (Karl Sruhe) على دور الأندية فى المانيا الاتحادية، وذلك فى

تقرير له قدمه فى اجتماع منظمة اليونسكو الذى عقد فى واشنطن فى أكتوبر (١٩٧٧م)، اذ تضمن تقريره ان الاندية أصبحت تهتم فى الوقت الحاضر بتنظيم وتقديم برامج النشاط للأسر حتى يمكن للأب والأم ولأطفالهم ولربات البيوت ولكبار السن من ممارسة النشاط الرياضى، وأن الأندية قد كللت جهودها فى هذا المجال بنجاح، واستمرت فى تحقيق اهدافها، كما توسعت الاندية فى تقديم برامجها، وأصبحت تقدم أيضا برنامجا يسمى (Trim- Dich- Durch- Sport) والمقصود منه هو الاحتفاظ باللياقة البدنية من خلال ممارسة الرياضة.

وبذلك أصبحت الأندية فى المانيا الاتحادية تهتم برياضة المنافسات وبالرياضة للجميع، ولقد انتشرت أهمية الرياضة وازداد الوعى بها فى فكر الالمان.

وكذلك أعلن الاتحاد الرياضى لمقاطعة هامبورج أنه يجب التصدى بالعلاج والحسم لمشكلتى اضرار المدنية الحديثة والناتجة عن استخدام التكنولوجيا وازدياد وقت الفراغ، وكذلك لمشكلة تقلص حركة الانسان نتيجة لاعتماده على مستحدثات العصر التى وفرت على الإنسان الكثير من العمل العضلى، وذلك من خلال تقديم مناشط اللعب والرياضة للجميع واتاحة فرصة ممارستها، حتى تكون مصدرا لسرور الفرد والترويح عنه واعداده بدنيا ليتمتع بلياقته ولتنمية حالته الصحية، وليس بغرض اعداده للمنافسات أو لتحطيم الأرقام فى المسابقات الرياضية.

وفيما يلى سوف نستعرض ثلاثة نماذج من بين العديد من المنافسات التى يتم اعدادها وتنظيمها للشباب فى سن التعليم.

- العاب منظمة من قبل الاتحادات للشباب (Bundes Jugenspiele): لقد بدأت الألعاب المنظمة للشباب من قبل الاتحادات الرياضية تخرج إلى حيز التنفيذ منذ عام (١٩٥١م) حيث اعدتها واقرتها لجنة مكونة من ممثلى جمعيات المدرسين ووزراء الثقافة والاتحاد الالمانى للرياضة والمقاطعات. والفكرة الرئيسية التى نبعت منها تلك الألعاب هى

العمل على تنظيم منافسات رياضية ذات خصائص اجتماعية ومقترنة بالغناء والرقص واللعب الجماعى.

ويشترك أكثر من خمسة مليون شاب فى المسابقات التى يتم تنظيمها فى مختلف انواع النشاط الرياضى، وذلك فى العام الواحد، مع مراعاة أن يكون اشتراكهم بطريقة اختيارية.

ومن جانب آخر يتم تحديد المستويات لكل تلميذ من خلال اشتراكه مع فصله أو مع مدرسته، ومن ثم يمكن مقارنة النتائج الرياضية للفصول وللمدارس لتحديد ترتيبها من حيث المستوى الرياضى.

- الشباب يتدرب للأولمبيات (Jugend Trainiert Fur Olympia): وتركز حركة الشباب للاولمبياد على تنظيم منافسات رياضية متعددة للفرق الرياضية.
- السباح الحر (Freischwimmer): وينظم مهرجان رياضى يكون الغرض منه تحديد نسبة التلاميذ الذين يستطيعون السباحة لمدة (١٥) دقيقة بعد القفز فى الماء.

ولقد اشترك فى المهرجان الرياضى للسباحة الذى تم تنظيمه فى العام الدراسى (١٩٧٦م - ١٩٧٧) عدد (١٤٨٣) مدرسة وقد مثلها (١٠٦٣٦٦) تلميذا.

ويتضح مما تقدم ان المانيا الاتحادية تستوعب مفهوم الرياضة بجدية وبادراك واع وبفكر مستنير، وتهتم اهتماما قوميا بالرياضة للجميع.

الرياضة للجميع فى كندا

تهتم كندا بالرياضة للجميع وبتوفير فرص ممارسة مناشطها لمختلف فئات المواطنين. فاهتمت بالتربية البدنية فى المدارس وبالرياضة فى الجامعات وفى المؤسسات الإنتاجية، وكذلك اهتمت بالتخطيط العلمى لبرامج الرياضة للجميع وذلك للفئات الخاصة، كبرامج المعاقين والمرضى وكبار السن، كما أولت اهتمامًا خاصًا لبرامج المرأة حتى يمكنها من ممارسة النشاط الرياضى.

ومن جانب آخر اهتمت كندا بالبحث بالعلمى فى مجال الرياضة للجميع وذلك بغرض تطوير حركة الرياضة للجميع.

وفيما يلى توضيح لمدى اهتمام كندا بالرياضة للجميع وبإجراء البحوث والدراسات العلمية فى هذا المجال. ففى الفترة من فبراير إلى يوليو (١٩٨١) نظمت كندا حملة* عن الحالة البدنية للمواطنين الكنديين من الجنسين ومن مختلف الأعمار بغرض تنمية حالتهم البدنية من خلال مشاركتهم فى برامج التمرينات البدنية. ولقد أشارت الدراسات العلمية التى أجرتها كندا لتقويم تلك الحملة، إلى أهم النتائج التالية:

- شارك أكثر من (٦٥٠٠٠٠) من الكنديين فى تلك الحملة.
- نسبة (٧٠٪) من المشاركين فى برامج التمرينات البدنية كانت من السيدات.
- نسبة (٤٦٪) من المشاركين فى برامج التمرينات البدنية تراوحت أعمارهم بين (٢٠ - ٣٩) عامًا.
- نسبة (٤٤٪)** من مجموع المشاركين فى تلك البرامج يؤدون التمرينات البدنية وفقًا لاستجابة (بانتظام) réguliére ووفقًا لاستجابة (من وقت لآخر) de temps à autre.
- نسبة (١٠٪) يشاركون فى أداء التمرينات البدنية لمرتين أو أكثر اسبوعيا ولمدة تسعة أشهر أو أكثر فى خلال السنة.
- نسبة (٤٨٪) من المشاركين فى تلك البرامج من المتزوجين، بينما كانت نسبة المشاركين من غير المتزوجين من قبل (٤٣٪).
- شارك أكثر من (١٦٠٠٠) شخص فى إجراء اختبارات للحالة البدنية tests à condition physique وهم من عمر (٧- ٦٩) سنة.

---

* Enquête Condition Physique Canada (E. C. P. C).

** يمارسون أداء التمرينات البدنية لمرتين أو أكثر أسبوعيًا ولمدة من شهرين إلى ثلاثة شهور على الأقل فى خلال السنة.

- أهم دوافع ممارسة التمرينات البدنية فى تلك البرامج كانت تنمية الحالة البدنية، تحقيق السعادة.

وفى ذات الفترة من فبراير إلى يوليو (١٩٨١) نظمت أيضًا كندا حملة عن الجرى والهرولة من أجل الصحة للمواطنين الكنديين من الجنسين ومن مختلف الأعمار بغرض تنمية حالتهم الصحية من خلال مشاركتهم فى تلك المناشط. وقد أشارت الدراسات العلمية التى أجرتها كندا لتقويم تلك الحملة، إلى أهم النتائج التالية:

- شارك ما يقرب من (٥,٣) مليون مواطن كندى فى تلك الحملة.
- يمثل هؤلاء المشاركون فى تلك الحملة (٢٥,٨٪) من تعداد السكان فى كندا ممن تجاوزوا سن العاشرة.
- نسبة (٥٦٪) من المشاركين فى تلك الحملة كانوا من الذكور، بينما كانت نسبة الإناث المشاركات فى مناشطها (٤٤٪).
- نسبة (٩٠٪) من المشاركين فى تلك الحملة كانوا من الذين يقل عمرهم عن سن الأربعين، وكانت نسبة غير المتزوجين منهم (٥٧٪).
- نسبة الممارسين للجرى Course أو للهرولة Jogging وفقًا لاستجابة (نادرًا) كانوا من مستويات اقتصادية منخفضة ومن مستويات تعليمية أقل عن غيرهم.
- نسبة الممارسين لتلك المناشط وفقًا لاستجابة (بحماس) enthousiaste كانوا من مستويات اقتصادية يزيد دخلها السنوى عن (٣٥٠٠٠) دولار كندى ومن مستويات تعليمية عالية.

وكذلك قامت كندا بتنظيم حملة* للحالة البدنية والرياضة للهواة وذلك ضمن برامج الرياضة للجميع التى تهتم بممارسة المرأة لمناشطها. ولقد تم تنظيم تلك الحملة فى عام (١٩٨٠، ١٩٨١) وذلك بغرض تنمية الحالة

* Enquête Condition Physique Canada (E.C.P.C): la femme et l' activité physique.

الصحية للمشتركات فى مناشط الحملة وكذلك بغرض حث المرأة على ضرورة ممارسة مناشط الرياضة للجميع.

وقد اهتمت تلك الحملة بالمرأة العاملة travailleuse وهى المرأة التى تعمل أو التى تدرس، وكذلك بالمرأة التى لا تعمل والمقصود بها ربة البيت femme au foyer. ولقد اطلقت الحملة على المشاركات enquêtées فى مناشطها ممن هن فى سن من (١٠ ـ ١٩) عامًا مسمى البنات fille ومسمى السيدات femme على من هن فى سن العشرين أو أكثر.

وأشارت الدراسات العلمية التى أجرتها كندا لتقويم تلك الحملة إلى أهم النتائج المرتبطة بمستويات مشاركة البنات والسيدات فى النشاط البدنى خلال وقت فراغهن، والمرتبطة بأهم المناشط التى يقبلن على ممارستها، والمرتبطة بأهم المعوقات التى تواجه ممارستهن لمناشط الرياضة للجميع. كما توصلت الدراسة إلى العديد من التوصيات التى تناولت النشاط والحالة البدنية والدافعية والاتجاهات والسن والمهام التى يجب مراعاتها فى التخطيط لبرامج الرياضة للجميع فيما يختص بالمرأة، وفيما يلى عرض لأهم تلك النتائج والتوصيات.

أولاً: مستويات النشاط البدنى ***Les niveaux d' activité Physique***

تم تحديد ثلاثة مستويات لممارسة السيدات الكنديات للنشاط البدنى وذلك على النحو التالى :

- المستوى النشيط (Actif): وذلك المستوى يتطلب ممارسة النشاط البدنى لمدة ثلاث ساعات على الأقل أسبوعيًا لفترة تسعة أشهر على الأقل سنويًا.
- المستوى المتوسط (Moyennement actif): وذلك للمستوى الذى يتم فيه ممارسة النشاط البدنى لمدة تقل عن ثلاث ساعات أسبوعيًا ولفترة تسعة أشهر على الأقل سنويًا.
- المستوى الأقل من المتوسط (Sêdentaire): وذلك للمستوى الذى يتم فيه

ممارسة النشاط البدنى لمدة تقل عن ثلاث ساعات أسبوعيًا لفترة تقل عن تسعة أشهر فى السنة.

ولقد أشارت النتائج وفقا لمستويات النشاط البدنى إلى اهم ما يلى:

- (٥٥٪) من الكنديات من سن عشرة سنوات فأكثر يمارسن النشاط البدنى فى أوقات فراغهن وفقًا للمستوى النشيط، بينما (٣٠٪) يمارسن النشاط وفقًا للمستوى المتوسط، (١٥٪) يمارسن وفقًا للمستوى الأقل من المتوسط.
- مستويات النشاط أكثر ارتفاعًا لدى السيدات غير المتزوجات Femmes célibataires عن المتزوجات.
- لا يوجد فروق بين البنين والبنات حتى سن (١٥) سنة وذلك فى مستويات النشاط.
- ابتداء من سن (١٢ ـ ١٣) تنخفض نسبة البنات الممارسات للنشاط البدنى عن نسبة البنين ويستمر هذا الانخفاض مع التقدم فى السن.
- فى سن البنين من (١٢ ـ ١٣) وسن من (١٦ ـ ١٧) يكون مستوى مشاركتهم فى النشاط البدنى متقارب ويزيد عن مستوى المشاركة لدى البنين من سن (١٨ ـ ١٩)، وكذلك يزيد عن مستوى المشاركة لدى البنات من نفس السن.
- السيدات التى تعمل أو تدرس لكل الوقت à plein temps يكن أكثرنشاطًا من السيدات من ربات البيوت femmes au foyer وذلك فى سن (٢٠ إلى سن ٥٠).

ثانيا: المناشط الجماهيرية *Les activités Populaires*

لقد أشارت النتائج المرتبطة بالمناشط الجماهيرية أو الأكثر شيوعًا لدى الكنديات إلى أهم مايلى:

- يُعد المشى Marche أكثر المناشط شيوعًا لدى الكنديات حيث يمارسه (٦٦٪) منهن.
- جاءت السباحة La Natation فى الترتيب الثانى لدى الكنديات حيث يمارسها (٤٢٪) منهن.
- حصل ركوب الدراجات Cyclisme على الترتيب الثالث لدى الكنديات حيث يقبل على هذا النشاط (٣٠٪) منهن.
- جاءت مناشط الانزلاق على الجليد والتنس من بين العشرة مناشط الأولى التى يمكن ممارستها مدى الحياة.
- المناشط البدنية المفضلة لدى البنات* تتشابه مع تلك المفضلة لدى السيدات* حيث أن مناشط المشى والسباحة وركوب الدراجات قد جاءت ضمن الاختيارات choix الخمسة للبنات وللسيدات. وكذلك مناشط التنس الأرضى وماراثون الجليد والرقص الشعبى قد جاءت ضمن المناشط العشرة الأوائل لدى كل من السيدات والبنات. وبوجه عام فإن الاختيارات العشرة للسيدات تتفق مع العشرة مناشط المفضلة لدى البنات (جدول٤).

* من سن (١٠- ١٩) عاما بينما السيدات من سن العشرين فأكثر.

جدول (٤)

المناشط البدنية المفضلة لدى كل من البنات والسيدات الكنديات

النشاط	ترتيب الأفضلية	
	البنات	السيدات
السباحة	١	٢
الهرولة/ الجرى	٢	٧
ركوب الدراجات	٣	٤
المشى	٤	١
التزحلق على الجليد	٥	٧ مكرر
التمرينات المنزلية	٦	٤ مكرر
التنس	٧	١٠
ماراثون الجليد	٨	٦
الرقص الشعبى	٩	٧ مكرر
فلاحة وتنسيق حدائق	١٠	٣

- جاءت مناشط المشى وركوب الدراجات والسباحة وأداء التمرينات فى المنزل exercices à domicile من بين الخمسة اختيارات لدى كل من السيدات العاملات أو الدراسات وربات البيوت (جدول ٥).
- يوجد اختلاف بين المناشط المفضلة لدى كل من السيدات العاملات والسيدات من ربات البيوت فى الخمسة اختيارات الأولى، حيث اختارت ربات البيوت تنسيق الحدائق ضمن اختياراتهن الخمسة، بينما اختارت السيدات العاملات الهرولة Jogging (جدول ٥).
- نسبة أكبر من السيدات العاملات أو الدارسات يمارسن رياضة السباحة

وركوب الدراجات والتمرينات المنزلية والمشى وذلك بالمقارنة بنسبة الممارسات من ربات البيوت (جدول ٥).

جدول (٥)

المناشط المفضلة لدى السيدات الكنديات وفقًا لدورهن (١٩٨١)

النشاط المفضل	ربات البيوت		العاملات / الدارسات	
	الترتيب	المشاركة	الترتيب	المشاركة
المشى	١	٪٦٦	١	٪٦٧
السباحة فى المسابح (Piscine)	٤	٪٢٦	٢	٪٤٥
فلاحة وتنسيق حدائق	٢	٪٣٨	—	—
ركوب الدراجات	٣	٪٣٠	٣	٪٣٩
اداء التمرينات فى المنزل	٥	٪٢٧	٤	٪٣٨
الهرولة/ الجرى	—	—	٥	٪٢٨

- أكثر المناشط البدنية التى يتم ممارستها لدى الكنديات من سن (١٠) سنوات فأكثر وذلك فى عام (١٩٨٠) هى: السباحة، أداء التمرينات فى المنزل، الهرولة / الجرى، التنس الأرضى، البولنج، الكرة الطائرة.
- أكثر المناشط البدنية التى يتم ممارستها لدى الكنديات من سن (١٠) سنوات فأكثر وذلك فى عام (١٩٨١) هى: السباحة، ركوب الدراجات، الهرولة/ الجرى، الانزلاق على الجليد، التنس الأرضى، التمرينات، المضرب الخشبى.

ثالثا: معوقات ممارسة النشاط البدنى *Obstacles*

أشارت النتائج إلى أن أهم معوقات ممارسة النشاط البدنى لدى السيدات الكنديات فى عام (١٩٨١)، وهى:

- أهم معوقات ممارسة السيدات الكنديات لأنواع جديدة من النشاط nouvelles activités، هى: عدم توفر الوقت، عدم توفر المنشآت المناسبة، غياب الدافع لممارسة.
- عدم توفر المنشآت المناسبة يُعد أهم المعوقات التى تواجه الممارسات للسباحة وللتنس الأرضى وللمضرب الخشبى.
- غياب الدافع يُعد أهم المعوقات التى تواجه الممارسات للهرولة، الجرى، المشى.
- نقص الإمكانات أو ارتفاع التكلفة يُعد أهم المعوقات التى تواجه الممارسات لركوب الدراجات والانزلاق على الجليد.

بينما كانت أهم معوقات ممارسة الكنديات للنشاط البدنى وذلك فى عام (١٩٨٠)، هى: عدم توفر الوقت لممارسة النشاط، المرض أو الإصابات، عدم توفر المنشآت المناسبة، غياب الدافع للممارسة، عدم الاتفاق مع الزميل أو الجماعة على ممارسة النشاط.

رابعًا: التوصيات *Recommandations*

لقد أشارت نتائج الدراسة إلى أهم النتائج التالية وذلك فيما يرتبط بمحاور الدراسة التالية:

(أ) فيما يرتبط بالنشاط: *L' activite'*

١ - يجب دراسة العوامل المرتبطة باستثارة دافعية الجماعات الأقل إقبالا على ممارسة النشاط البدنى وذلك لدى السيدات الكنديات.

٢ - التخطيط طويل المدى لبرامج النشاط البدنى للسيدات.

٣ ـ يجب على القائمين على تخطيط وتنفيذ البرامج من العمل على تحقيق ما يلى:

- الاستخدام الفعال أو الأمثل للمنشآت الرياضية العامة وذلك بالاستفادة من الإمكانات المتوفرة فى المؤسسات التعليمية فى تنفيذ البرامج.
- توفير المناشط غير المكلفة والتى يمكن ممارستها فى أى وقت.
- توفير مناشط وقت الفراغ activtés de loisirs التى يمكن ممارستها فى جميع المراحل العمرية.
- توفير البرامج التى تنمى الاستعدادات والتى تتأسس على المناشط الترويحية المتنوعة والتى تناسب جميع المراحل السنية للمرأة الكندية.

٤ ـ يجب على المؤسسات الرياضية التى تسعى إلى حث المرأة على المشاركة فى النشاط البدنى، التخطيط الجيد للبرامج التى تستثير الدافعية وتنمى الاستعداد لدى الكنديات للمشاركة فى ممارسة مناشط الترويح الرياضى.

٥ ـ يجب أن تلبى برامج التنس الأرضى والمضرب الخشبى والسباحة والتمرينات احتياجات أكبر عدد من الكنديات وذلك من خلال توفير الإمكانات ووضع برامج زمنية مرنة horaires souples لممارسة هذه المناشط.

(ب) فيما يرتبط بالحالة البدنية: ***La Condition Physique***

٦ ـ يجب ان تعمل البرامج البدنية على استثارة دافعية الكنديات من البنات والسيدات لتحقيق ما يلى:

ـ زيادة معدل مشاركتهن فى المناشط البدنية وفى المناشط الهوائية.

- الإقبال على ممارسة المناشط الموسمية activités saisonnières لإتاحة فرص الممارسة طوال العام.

- تنمية حالتهن البدنية والاحتفاظ بها مدى الحياة، وكذلك إتقانهن لطريقة أداء النشاط.

٧ - يجب على البرامج التربوية programmes éducatifs وعلى المشرفين على النشاط من مراعاة تقنين النشاط وفقًا لاستعدادات الممارسات ولوزنهن.

(جـ) فيما يرتبط بالدافعية والاتجاهات: ***La motivation et les attitudes***

٨ - يجب إعطاء مميزات كبرى لتأثير الحالة البدنية على الصحة وذلك للتأكيد على العلاقة بينهما وإدراكها من قبل السيدات الكنديات.

٩ - يجب إمداد الكنديات بالعديد من المعلومات والتوجيهات التى تؤكد على دور النشاط فى التأثير النفسى عليهن وكيفية مواجهة التوتر العصبى والقلق النفسى.

١٠ - بما أن التحكم فى الوزن Le contrôle du poids يُعد من الدوافع الرئيسية لممارسة النشاط البدنى، فإنه يجب الاستفادة من ذلك والعمل على:

- تأكيد الحملات الإعلامية والحلقات التربوية والبرامج البدنية لدور كل من التغذية والنشاط البدنى فى التحكم فى الوزن.

- يجب أن تتضمن برامج النشاط les programmes d' activité بعض الطرق téchniques والنصائح المرتبطة بكيفية التحكم فى وزن الجسم.

- تأكيد الجانب التربوى والإعلامى على أهمية دور النشاط فى التحكم فى الوزن.

١١ - يجب على مصممى البرامج من دراسة المعوقات التى تواجه

السيدات الكنديات وتعوق ممارستهن للنشاط وذلك للعمل على ايجاد البدائل للتغلب عليها.

١٢ - يجب على مشرفى النشاط من مراعاة ما يلى:

- ترسيخ قيم النشاط البدنى والسعادة التى تجلبها ممارسته فى نفوس الكنديات.

- تشجيع أفراد العائلة وزيادة حرصهم على مشاركة السيدات فى النشاط.

(د) فيما يرتبط بالسن: *L'âge*

١٣ - فيما يرتبط بالبنات من عمر (١٠ - ١٩) سنة فإنه يجب مايلى:

- أن تتضمن البرامج العامة والبرامج المدرسية العديد من المناشط الترويحية التى تقابل ميول هؤلاء البنات كالهرولة أو الجرى، السباحة، التنس الأرضى، التمرينات المنزلية، ركوب الدراجات، وذلك لزيادة الدافعية لديهن نحو ممارسة النشاط والانتظام فى ممارسته.

- تشجيع هؤلاء البنات على ممارسة المناشط التى تنمى الجلد الدورى والقوة.

- الاهتمام بالمناشط التى تسهم فى تحقيق الجمال الجسمانى وبالمناشط التى تؤدى فى الهوآء الطلق وبالمناشط التى يشارك فيها الجماعات.

- الاهتمام بالمناشط التى تساعد هؤلاء البنات على التحكم فى وزن الجسم.

- الاهتمام بأن يتم مد هؤلاء البنات فى المرحلة الثانوية بالعديد من المعلومات التى تؤكد على إمكانية مساهمة النشاط البدنى فى التحكم فى الوزن ومحاربة التدخين.

- مراعاة المشرفين على النشاط لضرورة العمل على تهيئة أماكن الممارسة وتجهيزها بما يناسب هؤلاء البنات.

١٤ ـ فيما يرتبط بالسيدات من عمر (٦٠) سنة فأكثر فإنه يجب مراعاة مايلى:

- وضع برامج معدلة لعدد كبير من هؤلاء السيدات، ولذا يجب على المتخصصين فى مجال الصحة spécialistes de la santé والمشرفين على الحالة البدنية من المشاركة فى وضع تلك البرامج. كما يجب على الأطباء تحديد تمرينات للممارسة اليومية لهؤلاء السيدات.
- الاهتمام بالمشى للوقاية من آلام العظام، ولذا يجب على الوسائل الإعلامية توضيح دور وأهمية المشى فى المحافظة على الصحة وفى الوقاية من آلام العظام.
- الاهتمام بتنظيم المشى للجماعات فى النوادى وفى الأحياء، والمشى فى فصل الشتاء، وذلك بدون أية مخاطر.
- الاهتمام بدراسة حالة السيدات اللاتى يرين أن سوء حالتهن الصحية هو الذى يدفعهن إلى العزوف عن ممارسة النشاط البدنى.
- أن تتضمن برامج التمرينات المنزلية تحسين وتطوير المرونة souplesse لأهمية ذلك العنصر فى حياة السيدات.
- الاستفادة من الآثار الإيجابية التى تتحقق لهؤلاء السيدات من خلال ممارستهن للنشاط البدنى، فى العديد من الحملات الإعلامية التى تهتم باستثارة الدافعية لممارسة النشاط البدنى لدى السيدات الكنديات.
- أن تهتم برامج النشاط بإتاحة الفرص للسيدات لتكوين الصداقات amitié والمشاركة الاجتماعية.
- يجب الاهتمام بتنفيذ برامج النشاط فى الأحياء quartier، وفى دور المسنين les foyers d'âges d'or، وفى المراكز العامة، وفى مسابح الفنادق piscines d' hôtel، وفى المدارس، وذلك حتى لا تكون وسيلة المواصلات عائقًا لممارسة النشاط.

(هـ) فيما يرتبط بالمهام *Le rôle*

١٥ - يجب دراسة العادات habitudes ودوافع السيدات نحو النشاط البدنى وذلك لدى من يعمل منهن لبعض الوقت، أو من لا يعمل منهن أو لمن هن فى سن المعاش retraite، وذلك لتنظيم حملات إعلامية بغرض استثارة الدافعية لديهن للمشاركة فى برامج النشاط.

١٦ - يجب أن تعمل برامج النشاط التى تهتم بالسيدات من ربات البيوت على تحقيق ما يلى:

- توفير المناشط قليلة التكلفة والتى تتميز بسهولة الأداء، وذلك لتشجيعهن على ممارستها.
- تشجيع الجانب الاجتماعى وذلك من خلال إتاحة الفرصة لعقد صداقات.
- دعم العلاقة بين النشاط والطاقة المستهلكة.
- التأكيد على دور النشاط فى تنمية صورة الجسم l'image du corps وتقدير الذات le repect de soi.

١٧ - يجب دراسة معوقات ممارسة السيدات من ربات البيوت للنشاط البدنى وذلك بصفة مستمرة.

١٨ - يجب أن تعمل برامج النشاط التى تهتم بالسيدات العاملات فى سن الأربعينات والخمسينات، على تحقيق ما يلى:

- التأكيد على العلاقة بين النشاط البدنى والتحكم فى الوزن.
- التأكيد على العلاقة بين النشاط البدنى والحد من التوتر العصبى والقلق النفسى.

١٩ - الاهتمام ببرامج اللياقة البدنية التى يتم تنظيمها فى العمل أو فى المراكز الترويحية القريبة من العمل، وكذلك الاهتمام بتطبيق

المواعيد المرنة للعمل، بغرض زيادة إقبال السيدات على ممارسة النشاط الرياضى بانتظام.

كما أوضحت دراسة كندية أخرى أجريت فى عام (١٩٨٣م) على كل من الذكور والإناث من عمر (١٠) سنوات فأكثر، ان أهم دوافع مشاركتهم فى برامج الحياة النشطة تتضمن مناشط المشى، وركوب الدراجات، والرقص الإيقاعى، وتدريبات اللياقة البدنية، ومناشط الترويح فى العمل، ومناشط الخلاء، هى الدوافع التالية:

جدول (٦)

أهم دوافع المشاركة فى برامج الحياة النشطة للكنديين من عمر (١٠) سنوات فأكثر (١٩٨٣)

م	النشاط	الذكور	الإناث	المجموع
		٪	٪	٪
١	الرضا النفسى	٥٨	٦٢	٦٠
٢	المرح والسعادة	٤٤	٤٣	٤٤
٣	التحكم فى الوزن	٣٣	٥١	٤٢
٤	تنمية مرونة المفاصل	٣٧	٤٣	٤٠
٥	الاسترخاء العصبى	٣١	٣٦	٣٤
٦	تنمية الحالة الصحية	٢٠	٢٧	٢٤
٧	ارشادات الطبيب	٢٠	٢٥	٢٣
٨	تحدى القدرات	٢٣	١٩	٢١
٩	التعليم	١٨	٢١	١٩
١٠	نصائح خبير اللياقة البدنية	١٧	٢١	١٩

وأخيرًا فإن اهتمام كندا بالرياضة للجميع يتضح فى تصريح كامبانيولو Campagnolo وزير الرياضة والتربية البدنية فى كندا الذى أدلى به فى خطبة له ألقاها أمام البرلمان الكندى، والذى كان نصه: «أن الغاية التى تسعى إليها الحكومة الكندية تتمثل فى الحرص على أن يكون الرياضى مهما كان المستوى الذى وصل إليه من الاستعداد، عنصرًا للإنتاج فى المجتمع. وأن يعتبر الجميع أن الرياضة والتربية البدنية وأوقات الفراغ جزءًا لا يتجزأ من الثقافة الكندية».

الرياضة للجميع فى النرويج

تولى دولة النرويج الاهتمام بالعديد من المبادىء الرئيسية التى تهتم بالرياضة للجميع. إلا أنها تولى اهتمامًا أكثر برياضة الأطفال le sport pour les enfants، ومن أهم ما تقوم به الدولة وما تحرص عليه فى هذا المجال، ما يلى:

أولاً : تقوم الهيئات الحكومية باختبار المبادىء الأساسية والضرورية لنظام التدريب فى الأندية ولنظام المنافسات، حتى تتأكد من مراعاة مناشط هذه الأنظمة لخصائص نمو الأطفال من عمر (٦ ـ ١٢) سنة. كما تؤكد على أهمية قيام الهيئات الرياضية غير الحكومية باختبار تلك المبادىء الأساسية، وذلك للتأكد من مناسبتها ومراعاتها لهؤلاء الأطفال.

ثانيا : العمل على مراعاة المبادىء التالية والمرتبطة بالجوانب الفسيولوجية والنفسية للطفل، وهى:

- احترام القيمة الإنسانية valeur humaine وشخصية الطفل من خلال مواقف النشاط أو أثناء الممارسة الرياضية.
- التأكيد على أهمية النمو البيولوجى للطفل فى هذه السن وكذلك التأكيد على إسهامات الممارسة الرياضية فى تحقيق هذا النوع من النمو.
- إمكانية اتباع البنين والبنات من الأطفال حتى سن المراهقة لنفس نظام التدريب المرتبط بمناشط التربية البدنية والرياضة.

- مراعاة أن يتم قبل مرحلة البلوغ Puberté تدريب الأطفال لتنمية مرونتهم وتوافقهم العصبى العضلى وتطوير مهاراتهم الحركية.
- مراعاة أن يتم بعد مرحلة البلوغ تدريب الأطفال لتنمية قوتهم العضلية وجلدهم العضلى والتحمل الدورى التنفسى، حيث أن نتائج التدريب على هذه المتغيرات تكون محدودة إذا ما تم التدريب عليها قبل مرحلة البلوغ.
- عدم استخدام برامج التدريب النوعية التى تهدف إلى تنمية القوة العضلية وبخاصة تلك التى تستخدم الأحمال الخارجية charges extérieures قبل مرحلة البلوغ، وذلك لما لها من تأثير سلبى على نمو عظام الأطفال.
- التأكيد على أن النشاط البدنى واللعب والرياضة تُعد من المناشط الطبيعية للطفل التى يجب أن توليها الدولة والمؤسسات التربوية اهتمامها.
- التأكيد على أن الحاجة للحركة ولتنمية التوافق العصبى العضلى تسهم فى تنمية الحس البدنى والاجتماعى لدى الأطفال.
- مراعاة أن اللعب والمرح والتعاون ومستوى الأداء والمقارنة بين الأطفال وبعضهم والتحدى يشكلون العديد من الدوافع motifs النفسية الهامة نحو ممارسة بعض المناشط الرياضية، ولذا يجب الاستفادة من ذلك فى استثارة دافعية الأطفال نحو ممارسة النشاط الرياضى.
- مراعاة أن التركيز على أشكال الرياضة التنافسية الفردية يقلل من فرص تحقيق النجاح لدى الأطفال ويكون له تأثير سلبى على حاجاتهم besoins وعلى ميولهم الطبيعية، مما قد يدفعهم إلى العزوف عن ممارسة الرياضة.
- التأكيد على أن التخصص فى الرياضة La spécialisation dans le sport يفرض نوعًا من أشكال التدريب النوعى entrainement

spécifique المتكرر وذات الشدة العالية لتحقيق الأداء الذى تتطلبه رياضة المستويات العالية، وذلك يؤدى إلى بعض النتائج consèquences البيولوجية التى يجب العمل على تفاديها، وبخاصة للأطفال من عمر (٦ ـ ١٢) سنة، ولذا يجب التركيز على الإعداد العام للمناشط البدنية وعلى تأكيد قيمة التعاون الاجتماعى لدى هؤلاء الأطفال فى هذه السن.

- التأكيد على أهمية العمل على تدعيم الثقة بالذات confiance de soi والشعور بالانتماء للجماعة من خلال مواقف النشاط.
- ضرورة اهتمام المدربين والمربين والوالدين بميول الأطفال، والعمل على اكتشافها وتنميتها وتوجيهها، وكذلك الاهتمام بمعايير نموهم.

ثالثا : العمل على مراعاة المبادىء التالية والمرتبطة بالجوانب التربوية للطفل وهى:

- الاهتمام بالإعداد المهنى للمربين والمدربين والإداريين العاملين بالأندية حتى يمكنهم فهم الاعتبارات البدنية والفسيولوجية والتربوية والنفسية التى يجب مراعاتها عند تدريب هؤلاء الأطفال.
- ضرورة مراعاة أن تكون برامج التربية البدنية وكذلك المناشط التى يقوم الأطفال بممارستها متمشية مع مبدأ الفروق الفردية بين الأطفال ومناسبة لاحتياجاتهم، وأن تكون مرنة، وان تتيح لهؤلاء الأطفال فرصة إثبات الذات ومواجهة التحدى défi واكتساب الخبرات ومساعدتهم على الاستكشاف exploration والابتكار créativité.
- التأكيد على أنه يمكن الاهتمام بالتخصص الرياضى ابتداءًا من عمر (٩) سنوات، مع التركيز على تنمية السرعة rapidité والمهارة L' adresse والإحساس بالتوازن le sens de l' équilibre والرشاقة agilité.

- التأكيد على إكساب هؤلاء الأطفال القيم التربوية والقيم الاجتماعية خلال مواقف اللعب والنشاط وكذلك العمل على إكسابهم الخبرات التربوية والإسهام فى تنمية شخصيتهم.

رابعا: العمل على تأكيد النقاط التالية فى إعداد القيادات العاملة فى مجال التربية البدنية والرياضة من مربين ومدربين ومشرفين وإداريين من العاملين فى المؤسسات التعليمية أو فى الأندية أو فى الهيئات الرياضية، وهى:

- دراسة هؤلاء القيادات للتأثيرات المرتبطة بممارسة الأطفال من عمر (٦ - ١٢) سنة للمناشط الرياضية، وذلك من الجوانب البدنية والفسيولوجية والتربوية والنفسية والاجتماعية، وتنمية شخصية الطفل.
- تزويد هؤلاء القيادات العاملة فى المجال بأصول المعرفة وبالمهارات المرتبطة بالتدريس وبالتدريب على المناشط الرياضية وذلك لأهميتها فى تربية هؤلاء الأطفال من خلال مواقف اللعب والنشاط والتعليم والتدريب على المهارات الحركية.
- اطلاع هؤلاء القيادات على مختلف البرامج الرياضية التى يمكن تقديمها للأطفال والتى يتوافر لها المعايير العلمية التى تتمشى مع خصائص مراحل نموهم.
- تنمية التحصيل المعرفى لدى هؤلاء القيادات فى مجال تخطيط برامج النشاط الخاصة بالأطفال الذين يواجهون ظروف حياتية مختلفة وظروف خاصة بهم.
- إمداد القيادات العاملة فى مجال التربية البدنية والرياضة بالجوانب النظرية والتطبيقية التى تتمشى مع المهام التى يضطلعون بها. كما يجب مراعاة أن يشتمل الإعداد المهنى للمربين فى المؤسسات التعليمية والمدربين والمشرفين والإداريين العاملين فى الأندية

الرياضية على عناصر مشتركة élèments communs فى برامج إعدادهم المهنى.

- تنمية إدراك هؤلاء القيادات للدور الهام لدوافع اللعب لدى الأطفال فى تشكيل وتنمية شخصيتهم، وكذلك إدراكهم لأهمية التفاعل الاجتماعى وإشباع حاجات الأطفال وتأثير ذلك على حياتهم.
- تنمية إدراك هؤلاء القيادات العاملة فى مجال التربية البدنية والرياضة لأهمية تدعيم الإحساس بالأمان لدى الأطفال من عمر (٦ ـ ١٢) سنة، وكذلك لأهمية تنمية استعدادهم نحو الاستكشاف والابتكار والإبداع من خلال مواقف اللعب والنشاط.
- مراعاة خصائص مراحل النمو لدى هؤلاء الأطفال، وذلك من خلال دراسة هؤلاء القيادات لمظاهر النمو المرتبطة بمراحل النمو فى الطفولة، وكذلك التعرف على الفروق الفردية فى النمو بين الأطفال، والتى تزداد من سنة إلى أخرى.
- مراعاة اختلاف برامج الإعداد المهنى لهؤلاء القيادات العاملة فى مجال التربية البدنية والرياضة فى المؤسسات التعليمية أو الأندية أو الهيئات الرياضية، وذلك وفقًا لطبيعة العمل ووفقًا للمهام التى يضطلعون بها.

خامساً : التأكيد فى مجال برامج التربية البدنية والرياضة على أهمية مراعاة أهم الاعتبارات والمعايير العلمية التالية:

- ضرورة التكامل بين برامج التربية البدنية المدرسية والبرامج الرياضية فى الأندية لتحقيق هدف النمو الشامل والمتكامل والمتوازن للأطفال.
- اهتمام برامج التربية البدنية المدرسية بتقديم فرص ممارسة مناشطها لجميع الأطفال من الأصحاء أو المرضى أو المعاقين، وبما يتفق وظروفهم وحالتهم الصحية.

- اهتمام البرامج الرياضية فى الأندية بتقديم الفرص لتطوير مستوى أداء الأطفال المتميزين فى قدراتهم البدنية والمهارية، وكذلك الاهتمام بتحقيق النمو المتزن équilibre والمتناسق harmonieux لشخصية هؤلاء الأطفال.
- ضرورة أن تعمل برامج التربية البدنية والرياضة على توفير البيئة التربوية المناسبة لتنمية القدرات النفسحركية psychomotrices ولتنمية الخصائص الاجتماعية والعقلية للأطفال، وكذلك لتنمية الحس القيمى le sens des valeurs من خلال التأكيد على مبادىء اللعب النظيف Fair - Play واحترام الآخرين أو الغير respect d' autrui والتعاون coopération.

سادساً: التأكيد على الاعتبارات التالية والمرتبطة بالوالدين:

- أهمية إدراك الوالدين لأهمية النشاط الحركى لتنمية شخصية وصحة الأطفال، وكذلك ادراكهما للمخاطر التى تنتج عن إعطائهما أهمية كبرى لمستويات الأداء لدى الأطفال.
- أهمية استخدام وسائل الاتصال الجماهيرى فى تثقيف الوالدين وتشكيل اتجاهاتهما نحو الممارسة الرياضية.
- تزويد الوالدين بالمعلومات الكافية عن أهداف وأشكال تطبيق البرامج الرياضية التى يتلقاها أبناءهما.
- يجب أن تهتم الهيئات الرياضية القومية بمساعدة الأندية المحلية على تثقيف الوالدين وتنمية مداركهما الرياضية.

ومما تقدم نرى أن النرويج ترى أن مسئولية التنمية البدنية للطفل تقع على عاتق الأسرة والمؤسسات التعليمية والأندية الرياضية وعلى مدى تعاونهم فى هذا المجال كما ترى أن للوالدين وللمعلمين وللمدربين وللإداريين بالهيئات الشبابية organisations de jeunesse دور ومسئولية خاصة تجاه تكوين اتجاهات إيجابية création des attitudes positives نحو التربية البدنية والرياضة.

الرياضة للجميع فى بلجيكا

منذ عام (١٩٧٩) عُرف فى بلجيكا مشروع (الرياضة على مدى الحياة للحياة) وتدور فكرته حول أن الممارسة الحقيقية هى التى تمتد لسنوات العمر كله. ومن أجل تحقيق هذه الفكرة تم إنشاء نادى الرياضة على مدى الحياة للحياة، يشترك فيه كل فرد يبلغ من العمر (٣٥) سنة بشرط أن يكون مقتنعًا بالدور الإيجابى للرياضة وبضرورة ممارستها طوال العمر، وأن يُقبل على ممارستها لثلاث مرات أسبوعيًا ولمدة لا تقل عن ثلاثين دقيقة فى كل مرة، وأنه يجب تأكيد ذلك بواسطة تعهد علنى منه حتى يمكن مراقبته من طرف شخص آخر.

ويقدم نادى الرياضة على مدى الحياة للحياة أهم الخدمات التالية:

- اختيار للعديد من الألعاب والرياضات والتمرينات البدنية التى تحقق التنمية والرعاية الصحية للممارسين لمناشطها.
- نشر قائمة أسماء أعضاء النادى المشاركين فى مناشط الرياضة للجميع فى المجلة الإعلامية التابعة للنادى.
- تخصيص دفتر لمواظبة الفرد على ممارسة المناشط الرياضية ومراقبة غيابه عن حلقات التدريب.
- تنظيم يوم قومى كل سنة ليتجمع فيه أعضاء النادى لممارسة مناشطهم.
- يوفر النادى لأعضائه المناشط التالية لممارستها، وهى: المشى والجرى، الدراجات، السباحة، التجديف، الجمباز، ألعاب المضرب (كرة المضرب، تنس الطاولة، الريشة الطائرة)،العاب الكرة (كرة القدم، كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة)، رياضات المنازلات (المصارعة، الكراتيه، الجودو)، التزحلق على الجليد.

ومن جانب آخر اهتمت بلجيكا بتنمية الثقافة الرياضية للفرد وبممارسته للمناشط الرياضية وفقًا للقواعد والمبادىء الصحية، ولذا فقد قامت مصحة

القلب التابعة لمستشفى سانت بيار ببروكسل بإنشاء مركز طب رياضى للقلب وذلك حتى يمكن تقديم الخدمات التالية للمواطنين، وهى:

- تقديم تشخيص دقيق لحالة القلب للأفراد الممارسين أو الراغبين فى ممارسة الرياضة من مختلف المراحل العمرية.
- تقويم الحالة البدنية للفرد.
- توجيه الفرد إلى نوع الرياضة التى تتناسب وحالته الصحية وبما تسمح به أجهزته الحيوية.
- تقديم نصائح خاصة للمسنين وللمعاقين المصابين بأمراض القلب والأوعية الدموية.
- تقديم معلومات عن أهمية الممارسة الرياضية فى التقليل من الإصابة بأمراض القلب.

كما أنشأت بلجيكا مركز رياضى خاص بالمعاقين فى مدينة شارلروا Charles- Roi على مساحة قدرها (٣٠٠٠) متر مربع، ويتضمن المركز أهم التسهيلات التالية:

- صالة لألعاب كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة، كرة القدم المصغرة.
- ملعب للرماية بالقوس من على بعد (١٥، ١٨، ٢٥) مترًا.
- قاعة لتنس الطاولة.
- صالة للتدريب البدنى.
- غرف لخلع الملابس وأماكن للاستحمام.

من أجل تحقيق ما جاء من مبادئ فى الوثيقة الأوروبية للرياضة للجميع، فقد قررت الحكومة البلجيكية أن يكون لكل مواطن الحق فى ممارسة مناشط الرياضة. ولذا فقد قامت الدولة بتنظيم العديد من الحملات القومية للرياضة للجميع بغرض تحقيق مايلى:

- تحفيز الأطفال والشباب على ممارسة مناشط الرياضة وذلك من خلال وسائل الاتصال الجماهيرى وبتوجيه من أولياء الأمور.
- حث العائلات على ممارسة النشاط الرياضى فى الهواء الطلق.
- دعوة المواطنين لممارسة التمرينات البدنية فى المنزل وذلك لبعض الوقت يوميا.
- مناشدة الاتحادات الرياضية لوضع الخطط وتصميم البرامج لممارسة الشباب لمناشط الرياضة وفقا لمستوياتهم وقدراتهم البدنية والمهارية.
- التعاون والتنسيق بين الهيئات الأهلية والمؤسسات التعليمية لتدعيم أوجه النشاط الرياضى خارج الجدول الدراسى.
- تأهيل القيادات المتخصصة فى مجال التخطيط والتنفيذ لبرامج الرياضة للجميع، وذلك لجميع الفئات الاجتماعية بالدولة.
- العمل على توضيح أهمية ممارسة مناشط الرياضة للجميع للحفاظ ولتطوير الحالة الصحية للمواطنين وذلك من خلال وسائل الاتصال الجماهيرى والملصقات والنشرات.

الرياضة للجميع فى ايطاليا

يشير اينشينى Anichini إلى تزايد الطلب فى إيطاليا على ممارسة الرياضة والثقافة. ويرى أن تزايد عدد الممارسين لمناشط الرياضة للجميع يعبر عن العديد من الفوائد والقيم التربوية والثقافية والاقتصادية التى يكتسبها الفرد الممارس لهذه المناشط. كما يؤكد على أن الدولة تهتم بممارسة المواطنين لمناشط الرياضة للجميع لأهمية ذلك فى زيادة الإنتاج، مما يكون له أثر إيجابى على الجانب الاقتصادى والاجتماعى لكل من الفرد والمجتمع.

وكذلك يشير إلى أن الدولة تعمل على تكامل الخبرة الرياضية مع القيم الإنسانية والاجتماعية للكشف عن تأثير الرياضة للجميع على تطوير كل من

الفرد والمجتمع. وأن الدولة تهتم بالبرامج الرياضية الطبية Médico - sportives باعتبارها تمثل جزءًا متكاملاً من التراث الثقافى للدولة patrimoine culturel فى داخل نظامها الاجتماعى système social.

ولقد شهدت إيطاليا العديد من الحملات الإعلامية عن الرياضة للجميع بغرض تنمية الوعى لدى المواطنين لممارسة مناشطها المختلفة، ومن أجل توفير الإمكانات لممارسة تلك المناشط، كما تهتم بإعداد القادة المتخصصين فى المجال.

وفى دراسة* إيطالية أجريت فى عام (١٩٨٢) عن المشاركة الرياضية participation sportive أشارت النتائج إلى أهم ما يلى:

- يمارس الرياضة ما يقرب من (٨) مليون من مواطنى إيطاليا البالغ عددهم (٥٧) مليون، وذلك فى أشكال (formes) ومستويات (niveaux) مختلفة.
- الممارسة الرياضية وفقًا لنوع الجنس (sexe) كانت وفقًا لما يلى:
- عدد الذكور (٥٦١٩٠٠٠) وهم يمثلون نسبة (٦٨,١٠٪) من العدد الإجمالى من المشاركين، كما يمثلون نسبة (٩,٨٠٪) من تعداد السكان.
- عدد الإناث (٢٦٣١٠٠٠) وهن يمثلن نسبة (٣١,٩٠٪) من العدد الإجمالى من المشاركين، كما يمثلن نسبة (٤,٦٠٪) من تعداد السكان.
- العدد الإجمالى للممارسين للمناشط الرياضية يبلغ (٨٢٥٠٠٠٠) وهم يمثلون نسبة (١٤,٤٠٪) من تعداد السكان.
- عدد الرياضات التى يتم ممارستها Sports pratiqués من قبل الفرد، كانت وفقًا لما يلى:
- عدد الذين يمارسون رياضة واحدة (٧٢١٥٠٠٠) وهم يمثلون نسبة (٨٧,٥٠٪) من العدد الإجمالى للممارسين والبالغ عددهم (٨٥٢٠٠٠٠).

---
* Italie; Participation Sportive; Statique 1982.

- عدد الذين يمارسون رياضتين (٨٦٦٠٠٠) وهم يمثلون نسبة (٥٠, ١٠٪) من العدد الإجمالى للممارسين.
- عدد الذين يمارسون ثلاث رياضات أو أكثر (١٦٩٠٠٠) وهم يمثلون نسبة (٠٠, ٢٪) من العدد الإجمالى للممارسين.
- عدد الممارسين للنشاط الرياضى وفقًا لنوع النشاط والجنس، كان على النحو التالى:

جدول (٧)

عدد الايطاليين الممارسين للنشاط الرياضى وفقا لنوع النشاط ولنوع الجنس (١٩٨٢)

م	نوع النشاط الرياضى / الممارسين	العدد الأجمالى*	عدد الذكور	عدد الإناث
١	كرة القدم............	١٨٤٨٠٠٠	١٧٢٦٠٣٢	١٢١٩٦٨
٢	السباحة، كرة الماء، الغطس.	١٠٥٦٠٠٠	٥٢٨٠٠٠	٥٢٨٠٠٠
٣	التنس الأرضى.........	١٠٤٧٧٥٠	٧١٤٥٦٦	٣٣٣١٨٤
٤	رياضات الشتاء، تسلق الجبال	٨٩٩٢٥٠	٥٦٣٨٣٠	٣٣٥٤٢٠
٥	كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة...............	٧٩٢٠٠٠	٤١٣٤٢٤	٣٧٨٥٧٦
٦	التمرينات البدنية والتدريب بالأثقال..............	٧٩٢٠٠٠	٤١٣٤٢٤	٣٧٨٥٧٦
٧	العاب القوى (باعتدال)....	٧٠١٢٥٠	٣٣٧٣٠١	٣٦٣٩٤٩
٨	القنص...............	٥٥٢٧٥٠	٥٤٥٠١٢	٧٧٣٨

* العدد الأجمالى للايطاليين الممارسين للنشاط الرياضى يبلغ (٨٢٥٠٠٠٠) مع مراعاة ان بعض الايطاليين يمارسون أكثر من نشاط.

تابع جدول (٧)

عدد الايطاليين الممارسين للنشاط الرياضى وفقا لنوع النشاط ولنوع الجنس (١٩٨٢)

م	نوع النشاط الرياضى / الممارسين	العدد الأجمالى	عدد الذكور	عدد الإناث
٩	المشى، الهرولة..........	٣٣٨٢٥٠	٢١٩٨٦٣	١١٨٣٨٧
١٠	صيد السمك..........	٣٢١٧٥٠	٣١٤٦٧٢	٧٠٧٨
١١	الدراجات..........	٢٥٥٧٥٠	٢٣٣٧٥٦	٢١٩٩٤
١٢	البولنج..........	١٩٨٠٠٠	١٨٨٨٩٢	٩١٠٨
١٣	الشراع والكانوى.......	٨٢٥٠٠	٦٧٤٠٣	١٥٠٩٧
١٤	العاب القوى (بشدة عالية).	٦٦٠٠٠	٥١٠١٨	١٤٩٨٢
١٥	تنس الطاولة..........	٤٩٥٠٠	٣٧٦٧٠	١١٨٣٠
١٦	الدراجات البخارية......	٢٤٧٥٠	٢٣٦٣٦	١١١٤
١٧	الرماية..........	٢٤٧٥٠	٢٢٥٩٧	٢١٥٣
١٨	المبارزة..........	٨٢٥٠	٤٨١٠	٣٤٤٠
١٩	مناشط أخرى..........	٣٨٧٧٥٠	٢٣٣٨١٣	١٥٣٩٣٧

- النسبة المئوية لعدد الممارسين للنشاط الرياضى وفقا لنوع النشاط ولنوع الجنس، كانت على النحو التالى: الموضح بالجدول (٨).

جدول (٨)

النسبة المئوية لعدد الايطاليين الممارسين للنشاط الرياضى وفقا لنوع النشاط ولنوع الجنس (١٩٨٢)

م	نوع النشاط الرياضى	٪	٪ للذكور	٪ للإناث
١	كرة القدم	٢٢,٤٠	٩٣,٤٠	٦,٦٠
٢	السباحة، كرة الماء، الغطس.	١٢,٨٠	٥٠,٠٠	٥٠,٠٠
٣	التنس الأرضى	١٢,٧٠	٦٨,٢٠	٣١,٨٠
٤	رياضات الشتاء، تسلق الجبال..............	١٠,٩٠	٦٢,٧٠	٣٧,٣٠
٥	كرة السلة، كرة اليد، الكرة الطائرة...............	٩,٦٠	٥٢,٢٠	٤٧,٨٠
٦	التمرينات البدنية والتدريب بالأثقال.............	٩,٦٠	٣٤,٨٠	٦٥,٢٠
٧	ألعاب القوى (باعتدال)....	٨,٥٠	٤٨,١٠	٥١,٩٠
٨	القنص..............	٦,٧٠	٩٨,٦٠	١,٤٠
٩	المشى، الهرولة..........	٤,١٠	٦٥,٠٠	٣٥,٠٠
١٠	صيد الأسماك.........	٣,٩٠	٩٧,٨٠	٢,٢٠
١١	الدراجات.............	٣,١٠	٩١,٤٠	٨,٦٠
١٢	البولنج..............	٢,٤٠	٩٥,٤٠	٤,٦٠
١٣	الشراع، الكانوى.......	١,٠٠	٨١,٧٠	١٨,٣٠
١٤	ألعاب القوى (بشدة عالية).	٠,٨٠	٧٧,٣٠	٢٢,٧٠
١٥	تنس الطاولة..........	٠,٦٠	٧٦,١٠	٢٣,٩٠
١٦	الدراجات البخارية......	٠,٣٠	٩٥,٥٠	٤,٥٠
١٧	الرماية...............	٠,٣٠	٩١,٣٠	٨,٧٠
١٨	المبارزة..............	٠,١٠	٥٨,٣٠	٤١,٧٠
١٩	مناشط أخرى..........	٤,٧٠	٦٠,٣٠	٣٩,٧٠



الفصل الرابع

اهتمامات بعض الدول العربية بالرياضة للجميع

- الرياضة للجميع فى جمهورية مصر العربية.
- الرياضة للجميع فى المملكة العربية السعودية.
- الرياضة للجميع فى تونس.
- الرياضة للجميع فى البحرين.
- الرياضة للجميع فى الكويت.

الفصل الرابع

اهتمامات بعض الدول العربية بالرياضة للجميع

لقد اهتمت العديد من الدول العربية بتدعيم حركة الرياضة للجميع فى الوطن العربى وذلك من خلال الاهتمام ببرامجها ومشروعاتها ومناشطها، ومن خلال تنظيم الحملات للدعاية لمناشطها، ومن خلال تنظيم المؤتمرات والندوات واللقاءات العلمية التى تتناول موضوعاتها بالبحث والدراسة.

وفيما يلى عرض لبعض الاهتمامات بالرياضة للجميع فى دول كل من جمهورية مصر العربية، والسعودية، وتونس، والبحرين، والكويت.

الرياضة للجميع فى جمهورية مصر العربية

أكدت الاستراتيجية العامة للنهوض بالشباب والرياضة فى مصر على توفير فرص النمو المتكامل والارتقاء بالمستوى الصحى والنفسى والاجتماعى للنشء والشباب عن طريق المناشط الرياضية والاجتماعية والثقافية، مع التركيز على تنظيم استثمار وقت الفراغ والطاقة الخلاقة لدى النشء والشباب لما فيه خدمة الفرد والمجتمع، واكتشاف الموهوبين والمتفوقين فى المناشط الرياضية وتعهدهم للوصول إلى المستويات الدولية المعاصرة، ويتم ذلك من خلال التالى:

- اكساب أعضاء المجتمع المصرى فى مختلف القطاعات والمستويات الاتجاهات الإيجابية نحو ممارسة المناشط الرياضية بهدف الترويح الهادف واستثمار أوقات الفراغ فى مناشط اختيارية تسهم فى زيادة القدرة على الانتاج.
- العمل على أن تكون الرياضة حق أساسى للجميع من أجل تنمية اللياقة البدنية العامة لكل أعضاء المجتمع وتنمية روح الولاء والانتماء والسلوك الحميد من خلال كافة أشكال الممارسات الرياضية.

- العمل على محو الأمية الرياضية ونشر الوعى بالحاجة إلى الرياضة فى محيط النشء والشباب.

- الاهتمام بقطاع البطولة ورياضات المستويات العالية يجب أن يكون فى ضوء الدراسات والبحوث العلمية الحديثة، لضمان التمثيل المشرف لمصر. كما أنه يُعد تقويما واضحًا لمدى الاهتمام بنشر الرياضة للجميع، لذلك يجب على المؤسسات التربوية جعل مادة التربية الرياضية مادة أساسية ضمن مناهج المدارس والجامعات، كما أنه يجب على الأندية ومراكز الشباب ومؤسسات الإنتاج والخدمات أن تهتم بنشر الرياضة فى محيط القاعدة العريضة من أعضائها.

- يجب أن يتضاعف الاهتمام بالمناشط الخاصة بالمعاقين والتى يمكن أن تلعب دورًا هامًا فى تأهيلهم وإعادتهم للحياة الطبيعية حتى يسهموا فى العمل والإنتاج والتنمية.

- تأكيد فعالية وسائل الإعلام فى أداء دورها التربوى الأساسى فى غرس الحاجة إلى ممارسة المناشط التربوية للنشء والشباب، ودفعهم إلى المشاركة الإيجابية المنتظمة فى النشاط الرياضى والثقافى والعلمى والفنى، وكذلك العمل على وضع برامج نموذجية فى مجال الرياضة يتم تقديمها ونشرها بالتعاون بين وسائل الاعلام الرياضى ومؤسسات التعليم والأندية ومراكز الشباب.

- إتاحة الفرصة والإمكانات للغالبية العظمى من الشباب لممارسة المناشط الرياضية المناسبة لميولهم وقدراتهم فى مراحل السن المختلفة وذلك بغرض الارتقاء بمستوى الصحة العامة واللياقة البدنية وتأصيل القيم السلوكية والاجتماعية لديهم.

- التأكيد على العلاقة الإيجابية بين ممارسة الرياضة وزيادة الإنتاج، فضلاً

عن حق* القطاع الإنتاجى فى ممارسة الرياضة وزيادة الإنتاج، وفى ممارسة المناشط الرياضية الترويحية والتعويضية الملائمة لطبيعة العمل البدنى فى المصانع والشركات المختلفة.

- الاستفادة من المبانى المدرسية والمؤسسات الحكومية فى غير أوقات العمل الرسمية لكى تكون أماكن للرياضة فى أوقات الفراغ، وذلك لكل من النشء والشباب.
- تشجيع المبادرات الشعبية لإنشاء المؤسسات الشبابية ذات الأغراض المتعددة لتلبية احتياجات الشباب فى قضاء وقت الفراغ وممارسة المناشط الترويحية المحببة تحت إشراف ورعاية القيادات التربوية المتخصصة.

ويشرف على الرياضة للجميع بجمهورية مصر العربية الإدارة المركزية للرياضة للجميع والتى تضم الإدارة العامة للاحتفالات والبرامج الرياضية والإدارة العامة للنشاط الطلابى الرياضى والإدارة العامة للاتحادات واللجان والأندية الرياضية. الشكل رقم (١).

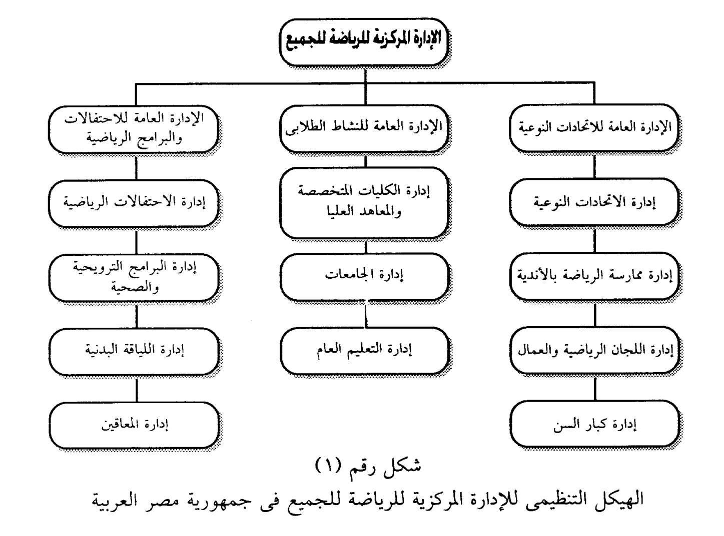
أولا: الإدارة العامة للاحتفالات والبرامج الرياضية:

وتتكون من الإدارات التالية:

١ ـ إدارة الاحتفالات الرياضية وتتولى أهم المهام التالية:

- وضع خطة الاحتفالات فى مختلف المناسبات القومية والدينية والاجتماعية.
- تصميم برامج العروض الرياضية.
- استثارة دافعية الأفراد للمشاركة فى الاحتفالات والعروض الرياضية.
- توفير الإمكانات المادية والبشرية والتجهيزات لتنفيذ الاحتفالات والعروض الرياضية.

* نص قانون الهيئات الخاصة للشباب والرياضة رقم (٧٧) لسنة (١٩٧٥) والمعدل بالقانون رقم (١٥) لسنة (١٩٧٨) (الباب الثالث) على إلزام كل شركة أو مصنع بإنشاء نادى رياضى تابع لها وفقًا لإمكانيات كل منها. كما نص على أن يكون لكل شركة أو مصنع لجنة رياضية لتتولى تنظيم وإدارة النشاط الرياضى للعمال، وذلك فى حالة تعذر إنشاء النادى الرياضى.



شكل رقم (١)

الهيكل التنظيمى للإدارة المركزية للرياضة للجميع فى جمهورية مصر العربية

٢ ـ إدارة البرامج الترويحية والصحية وتتولى أهم المهام التالية:

- وضع الإطار العام للنشاط الترويحى واكتشاف المواهب لمختلف المراحل العمرية من الجنسين.
- إعداد وتدريب وصقل الكوادر المتخصصة فى المناشط الترويحية.
- استثارة دافعية الممارسين للمناشط الترويحية من خلال تصميم برامج لوسائل الإعلام لتحقيق هذا الغرض.
- إعداد البرامج الزمنية والتنفيذية للأنشطة الرياضية والترويحية وذلك لمختلف المراحل العمرية من الجنسين وفى مختلف الهيئات الحكومية والأهلية.

٣ ـ إدارة اللياقة البدنية وتتولى أهم المهام التالية:

- وضع الإطار العام لنشاط اللياقة البدنية الذى يؤهل للاشتراك فى العروض الرياضية ويساهم فى التخصص فى بعض الألعاب.
- تصميم برامج اللياقة البدنية لمختلف المراحل العمرية.
- بناء الاختبارات والمعايير الخاصة بتحديد المستوى.
- تزويد مراكز اللياقة البدنية بالإمكانات وبمكتبة رياضية.
- تحديد أفضل الطرق والوسائل التى تحقق انتقاء وتصنيف أفضل الممارسين.
- تصميم برامج الدعاية والإعلام عن المشروعات والبرامج المرتبطة باللياقة البدنية لزيادة الوعى بأثر الممارسة الرياضية على حياة الفرد.
- وضع نظام للحوافز للممارسين وللمدربين.

٤ ـ إدارة المعاقين* وتتولى أهم المهام التالية:

- التخطيط لنشر رياضة المعاقين.
- تصميم البرامج الرياضية للمعاقين.
- إعداد وتدريب وصقل الكوادر العاملة فى هذا المجال.

---

* انشئت فى يناير ١٩٩٢.

- توفير الإمكانات البشرية والمادية لرياضة المعاقين.
- الاهتمام بالألعاب والرياضات الترويحية للمعاقين.
- الاهتمام برياضة المعاقين ولمختلف فئات الإعاقة الحركية.

ثانيا: الإدارة العامة للنشاط الطلابي:

وتتكون من إدارة الجامعات، ادارة الكليات المتخصصة والمعاهد، إدارة التعليم العام، وتتولى المهام التالية:

- إعداد مقترحات السياسة العامة للرياضة بالجامعات والمعاهد ولكليات المتخصصة والتربية والتعليم ورعاية الشباب.
- التعاون مع إدارة اللياقة البدنية فى تنفيذ البرامج الخاصة باللياقة البدنية.
- متابعة تنفيذ المشروعات والبرامج الرياضية بالجامعات والمعاهد والكليات المتخصصة وبقطاع التربية والتعليم.
- اقتراح نظم الحوافز التقديرية والوسائل الكفيلة بتشجيع وتنمية المواهب الرياضية.

ثالثا: الإدارة العامة للاتحادات واللجان والأند ية الرياضية:

وتضم إدارة الاتحادات النوعية، إدارة ممارسة الرياضة بالأندية، إدارة اللجان الرياضية والعمال، إدارة كبار السن.

١- إدارة الاتحادات النوعية: وتختص بأهم مايلى:

- اقتراح اسس الاستفادة من الامكانات المادية والبشرية المتاحة وكذلك العمل على تنميتها.
- دراسة انشاء الملاعب والمنشآت الرياضية فى المواقع المختلفة وصيانتها وتوفير امكانات مزاولة المناشط الرياضية.
- تنفيذ الخطط والمشروعات ذات الطابع القومى والتجريبى.

- دعم العلاقات بين جمهورية مصر العربية والدول الأفريقية عن طريق تبادل الأنشطة المختلفة معها.
- اقتراح نظم الحوافز التشجيعية والتقديرية واقتراح الوسائل الكفيلة بتشجيع وتنمية المواهب الرياضية وصقلها وصولا لأعلى المستويات الرياضية.
- متابعة البرامج الزمنية والتنفيذية للمسابقات والمنافسات والعروض الرياضية وبرامج اللياقة البدنية للوقوف على أسباب المشكلات والمعوقات التى تعترض التنفيذ والعمل على حلها وذلك للارتقاء بمستوى اداء أعضاء أو هيئات الاتحادات المعنية.

٢- ادارة ممارسة الرياضة بالأندية: وتختص بأهم مايلى:

- اصدار التوجيهات والمبادئ والتعليمات التى تراعيها الأندية فى وضع برامجها التنفيذية فى ضوء السياسة العامة وتخطيط المجلس الأعلى للشباب والرياضة.
- الوقوف على مشاكل الأندية وتقديم المقترحات لتعديل ولتطوير الخطط المقررة من واقع ما يكشف عنه التطبيق العملى وتقارير المتابعة.

٣- ادارة اللجان الرياضية والعمال: وتختص بأهم مايلى:

- اقتراح الأطار العام للخطة واصدار التوجيهات والمبادئ والتعليمات التى يراعيها الاتحاد العام واللجان الرياضية فى وضع برامجها التنفيذية فى ضوء السياسة العامة وتخطيط المجلس الأعلى للشباب والرياضة.
- تقدير المعونات اللازمة للاتحاد العام للمساهمة فى انجاز خطط وبرامج اللجان الرياضية.
- اقتراح نظم الحوافز التشجيعية والتقديرية واقتراح الوسائل الكفيلة بتشجيع وتنمية المواهب الرياضية.
- متابعة تنفيذ النشاط وتقديم التقارير وما يعترض التنفيذ من مشاكل واسلوب حلها.

٤- **إدارة كبار السن:** وتختص بأهم مايلى:

- التخطيط للنشاط الرياضى لكبار السن.
- إعداد البرامج الرياضية لكبار السن من الجنسين.
- إجراء اختبارات اللياقة البدنية للممارسين للنشاط الرياضى.
- إجراء الكشف الطبى على الممارسين قبل اشتراكهم فى البرامج الرياضية.
- التوعية بأهمية ممارسة النشاط الرياضى لكبار السن.
- تصميم البرامج الخاصة بالمعاقين من كبار السن.
- تقدير التمويل اللازم لتنفيذ وتنمية الخطط والمشروعات والبرامج الخاصة بكبار السن.
- حشد وسائل الاعلام لتوعية وتشجيع كبار السن على الاشتراك فى المناشط الرياضية لاندماجهم فى الحياة العامة وتدعيم صلتهم بالمجتمع.
- وضع نظام الحوافز الفردية والجماعية للممارسين من كبار السن والمدربين.

وفيما يلى عرض لبعض مشروعات الرياضة للجميع التى تهتم بتقديمها الإدارة المركزية للرياضة للجميع بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة، وذلك كمشروعات المراكز الرياضية لكبار السن، المراكز الرياضية العمالية للياقة البدنية، ممارسة الرياضة للجميع بالاندية الرياضية، المراكز الرياضية للمعاقين، مشروع المراكز الصيفية للرياضة للجميع بالجامعات وفروعها والكليات المتخصصة والتعليم العالى، مشروع المعسكرات الصيفية لطلبة ولطالبات الجامعات.

مشروع المراكز الرياضية لكبار السن: الاتحاد العام لرعاية نشء وشباب العمال:

وهو من المشروعات التى تهتم بالرياضة للجميع ويختص بكبار السن ويشرف عليه ادارة الاتحادات النوعية، ويتولى تنفيذه الإدارة المركزية للرياضة للجميع بالتعاون مع الاتحاد العام لرعاية نشء وشباب العمال، حيث أن من أهم واجبات هذا الاتحاد ما يلى:

- التنسيق مع مجلس إدارة الشركات أو المصانع أو النقابات العمالية لمزيد من الاهتمام بالممارسة الرياضية لجميع العمال.
- المتابعة وكتابة تقرير كل ثلاثة شهور عن الإنجازات التى تحققت من المشروع وتقديمها إلى الإدارة المركزية للرياضة للجميع وإلى إدارة اللجان الرياضية والعمال.
- الاستفادة من البحوث العلمية فى مجال الرياضة ودورها فى زيادة الإنتاج.
- تنظيم وإجراء مسابقات رياضية مقننة بين الشركات أو المصانع وتوزيع درع التفوق الرياضى والإنتاج على الشركات المشتركة بأكبر عدد من العاملين بها فى هذه المسابقات.

وفيما يلى نبذة عن مشروع المراكز الرياضية لكبار السن الذى يقوم الاتحاد العام لرعاية نشء وشباب العمال بتنفيذه بالتعاون مع الإدارة المركزية للرياضة للجميع.

أهداف المشروع: قامت الإدارة العامة للاتحادات النوعية وإدارة كبار السن التابعتان للإدارة المركزية للرياضة للجميع بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية، بتحديد أهم الأهداف التالية للمشروع:

- الممارسة العامة للمناشط البدنية المختلفة ونشر رياضة كبار السن فى مختلف القطاعات.
- استثمار أوقات الفراغ بما يعود على العامل بالفائدة الصحية والنفسية والوقاية من الكثير من الأمراض.
- تدعيم أواصر الصلة بين العمال والقيادات ونشر الثقافة الرياضية والارتقاء بالسلوك العام.
- الحفاظ على قدر مناسب من اللياقة البدنية لأداء الأعباء اليومية من مسئوليات الحياة.
- تحقيق الفوائد التالية لكبار السن:
  - تحسين المظهر العام للفرد والتحكم فى الوزن الذى يكون عبئًا على عضلة القلب.

- الثقة بالنفس وزيادة الرشاقة والحيوية.
- الاعتماد على النفس والشعور بالمرح والسعادة.
- الوقاية والعلاج من أمراض البدانة، ضغط الدم، آلام الظهر، الترهل، السكر غير الوراثى، أمراض القلب، تصلب الشرايين، قرحة المعدة، آلام المفاصل، الأمراض النفسية.

المشاركون فى المشروع : يستفيد من المشروع الأعضاء من الجنسين من العاملين بالمصانع والشركات، ممن تنطبق عليهم شروط العضوية، وهى:

- أن يكون الفرد من الأعضاء العاملين بالمصانع والشركات التابعة للاتحاد العام لرعاية نشء وشباب العمال.
- أن يكون سن المشاركين فى المشروع من الثلاثين لكل من الجنسين.
- إجراء الكشف الطبى على جميع الأعضاء بمعرفة طبيب المركز الرياضى العمالى، وذلك قبل التحاقهم بالمشروع للتأكد من لياقتهم الطبية وإمكانية السماح لهم بالاشتراك فى النشاط الرياضى ووفقا لنوعية النشاط الممارس.

برامج النشاط فى المشروع : تتضمن برامج النشاط العديد من أوجه النشاط الرياضى، والتى من أهمها ما يلى:

- رياضة المشى والجرى لمسافة من (٢ ـ ٥) كيلو متر، ويتم مراعاة مشاركة الأعضاء فى هذا النوع من النشاط مرتين على الأقل خلال كل عام.
- رياضات وألعاب كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة السلة، تنس الطاولة، شد الحبل، وأوجه نشاط أخرى حسب ميول واهتمامات الأعضاء.
- تمرينات لياقة بدنية مناسبة لقدرات وسن الأعضاء.
- تنظيم مسابقات فى الألعاب المختارة.
- تمرينات تعويضية ترويحية يتم تنفيذها خلال فترات الراحة النشطة.
- المشاركة فى المهرجانات والمسابقات التى ينظمها الاتحاد العام لرعاية النشء

وشباب العمال. وذلك كالمشاركة فى مهرجان اختراق الضاحية، وفى منافسات بعض الألعاب التى يتم تنظيمها بين المراكز الرياضية العمالية وبعضها، وفى المشاركة فى الاحتفال بالمناسبات القومية أو عيد العمال.

مدة تنفيذ المشروع : ينفذ المشروع* لمدة (١٢) شهرا - طوال العام - ويبدأ التنفيذ فى شهر يوليو من كل عام. ويراعى أن تمارس كل مجموعة من الرجال أو السيدات نشاطها لمدة ثلاث مرات فى الأسبوع، وبواقع ثلاث ساعات خلال فترة النشاط التى ينظمها كل مركز حسب ظروف الأعضاء، ويكون ذلك صباحًا أو مساءًا.

مشروع المراكز الرياضية العمالية للياقة البدنية:

وهو من المشروعات التى تهتم بالرياضة للجميع ويختص باللياقة البدنية لقطاع العمال الذى يُعد الدعامة الأساسية فى بناء المجتمع ودفع عملية الانتاج إلى زيادة مردودها الاقتصادى. ويتم هذا المشروع بالتعاون بين الإدارة المركزية للرياضة للجميع بجهاز الرياضة بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية والاتحاد العام لرعاية نشء وشباب العمال. وفيما يلى نبذة عن المشروع:

أهداف المشروع : تتحد أهداف المشروع فى أهم الأهداف التالية:

- القضاء على البدانة الزائدة التى أصبحت تهدد حياة الفرد والمجتمع.
- إتاحة الفرصة لجميع العمال لممارسة الرياضة واستثمار أوقات الفراغ بما يعود عليهم بالصحة البدنية والنفسية.
- المحافظة على صحة وقوى الإنسان العامل فى المجال الصناعى أو الإنتاجى.
- تجنب التأثيرات الضارة من الوسط الإنتاجى التى قد تؤثر سلبيًا على الناحية الحيوية للعمال.

---

* فى عام ١٩٩٢ - ١٩٩٣ تم تنفيذ المشروع فى (١٥) ناديًا بهم مراكز رياضية لكبار السن تم اختيارهم من قبل الاتحاد العام لرعاية نشء وشباب العمال.

- تحقيق النظام الأمثل، والراحة، ورفع القابلية والرغبة فى أداء العمل لمزيد من الإنتاج.

- معرفة أثر البرامج الرياضية على تحسين الأداء وزيادة انتاج المصنع.

- زيادة الترابط والمحبة والصداقة بين جميع العمال.

أهمية ممارسة العمال للرياضة : يسعى المشروع إلى تحقيق أهم الأهداف التى تحددت له، كما أن المشروع يعمل على الإسهام فى تحقيق بعض الفوائد التى تعود على العمال من ممارستهم لأوجه النشاط الرياضى والتى تتضح أهميتها فيما يلى:

- معالجة الانحرافات القوامية لدى العامل وتخلصه من أمراض المهنة.

- تُعد مصدرًا لسعادة الجميع سواء كان الفرد ممارسًا للنشاط الرياضى أو مشاهدًا لأحداثه.

- إطالة عمر العامل الإنتاجى فى كل موقع من مواقع العمل.

- رفع مستوى كفاءة العامل وزيادة كفايته الإنتاجية.

- الإقلال من إصابات العمل والإسهام فى زيادة الدخل القومى.

المشاركون فى المشروع: هم جميع العاملين بالشركة أو بالمصنع، على أن يتم تقسيمهم إلى مجموعات سنية متقاربة مع مراعاة نظام العمل والورديات وطبيعة العمل فى الأقسام.

مدة تنفيذ المشروع: تم تنفيذ المشروع ابتداء من ١٩٩٢/١١/١٥ وحتى ١٩٩٣/٦/٣٠، وذلك بواقع ثلاث مرات أسبوعيًا على الأقل فى أثناء الراحة النشطة للعمال.

خطة تنفيذ المشروع: تتضمن تلك الخطة الفحوص الطبية والقياسات وتنظيم أوجه النشاط التى يشتمل عليها برنامج النشاط وكذلك إجراء المسابقات الرياضية والتعرف على تأثير البرنامج على مستوى الأداء ومستوى الإنتاج، ولذا تتضمن خطة تنفيذ المشروع أهم الإجراءات التالية:

- إجراء الفحوص الطبية على جميع العمال المشاركين فى البرنامج وذلك قبل مشاركتهم فى البرنامج.
- اجراء القياسات لبعض الوظائف الفسيولوجية وذلك قبل تنفيذ البرنامج.
- تنظيم أداء التمرينات المنتظمة للمؤسسات الإنتاجية خلال فترات العمل وفى أثناء الراحة النشطة للعمال.
- تنظيم أداء التمرينات التعويضية التى تسبب التوازن الشكلى والحركى للعاملين.
- تنظيم إجراء المسابقات الرياضية وفقًا للوائح خاصة مقننة لضمان مشاركة أكبر عدد ممكن من العاملين.
- تنظيم مسابقات للجرى والمشى وتقسيم المشاركين فيها إلى مجموعات سنية على النحو التالى:
  - المجموعة الأولى: تحت سن (٢٠).
  - المجموعة الثانية: تحت سن (٣٠).
  - المجموعة الثالثة: تحت سن (٤٠).
  - المجموعة الرابعة: من سن (٥٠).
- تنظيم المناشط الرياضية والترويحية.
- معرفة تأثير البرنامج على مستوى تحسين الأداء وزيادة الإنتاج بالشركة أو بالمصنع.

الإشراف والمتابعة: يقوم بالإشراف على مشروع المراكز الرياضية العمالية للياقة البدنية كل من الهيئات التالية:

- المجلس الأعلى للشباب والرياضة.
- مديريات الشباب والرياضة بالمحافظات المشاركة فى تنفيذ المشروع.
- الاتحاد العام للنشء ولشباب العمال.
- مجلس إدارة الشركة أو المصنع الذى يتم تنفيذ المشروع به.

المحافظات المشاركة فى المشروع: فيما يلى توضيح للشركات وللمصانع المشاركة فى المشروع وفقًا لموقعها الجغرافى، وهى:

- محافظة القاهرة: مصانع الحديد والصلب، حرير حلوان، الأسمنت، النحاس المصرية.
- محافظة القليوبية: مصانع النصر للزجاج والبلور.
- محافظة الاسكندرية: مصانع الغزل والنسيج.
- محافظة الغربية: مصانع الغزل والنسيج بالمحلة الكبرى وشبين الكوم وطنطا.
- محافظة السويس: شركة النصر، السويس للبترول.
- محافظة المينا: شركة السكر بأبى قرقاص.

مشروع ممارسة الرياضة للجميع بالأندية الرياضية:

وهو من المشروعات* التى تهتم بالرياضة للجميع ويختص بجميع الأعضاء بالأندية من غير المشاركين فى الفرق الرياضية بالنادى، وهذا المشروع يستفيد منه هؤلاء الأعضاء من مختلف المراحل السنية. وفيما يلى نبذة عن المشروع:

تنفيذ البرنامج : يراعى فى عملية تنفيذ البرنامج أهم ما يلى:

- تنفيذ البرنامج طوال العام مع تركيز الاهتمام على فترة الصيف فى تنفيذه، ومراعاة أن تبدأ عملية التنفيذ فى شهر يوليو من كل عام.
- إجراء الكشف الطبى على جميع الأعضاء المشاركين فى البرنامج قبل ممارستهم للنشاط الرياضى وكذلك أثناء تنفيذ المشروع وبطريقة دورية.
- شمول البرنامج على أوجه النشاط التالية:
  - تدريبات للياقة البدنية.
  - جرى ومشى.

* بلغ عدد الأندية المنفذة لهذا المشروع ثلاثون ناديًا وذلك خلال عام ١٩٩٣ - ١٩٩٤، بينما بلغ أربعة وأربعون ناديا خلال عام ١٩٩٦- ١٩٩٧.

- بعض الألعاب الجماعية (كرة السلة،الكرة الطائرة، كرة اليد، كرة القدم. . .).
- بعض الألعاب الفردية (تنس الطاولة، تنس أرضى، كرة السرعة، الكروكية، السباحة، شد الحبل. . .).
- بعض الألعاب الترويحية.
- لقاءات رياضية داخلية بالنادى.
- لقاءات خارجية بين الأندية.

المشاركون فى البرنامج أو المشروع: الأعضاء المشتركين فى النادى من الرجال والسيدات والشباب فى الأعمار المختلفة وهم من غير المشتركين فى الفرق الرياضية بالنادى.

أماكن التنفيذ: يتم تنفيذ مشروع ممارسة الرياضة للجميع بالأندية الرياضية فى الصالات والملاعب والأماكن التى تصلح لتنفيذ المشروع بالنادى والتى تسمح للمشاركين فى برامجه من ممارسة المناشط الرياضية المختلفة.

هيئة الإشراف: وهى الهيئة التى تقوم بالإشراف على المشروع وإدارة النشاط الرياضى بالنادى، وذلك من خلال القيام بكل من الأعمال التالية:

- إعداد الخطة السنوية والبرنامج الزمنى لتلك الخطة والإشراف العام على المشروع.
- توفير الإمكانات اللازمة لعملية تنفيذ البرنامج من الملاعب والأدوات والأجهزة وذلك من حيث الكم والنوع.
- إعداد التقارير عن سير النشاط لتقديمها إلى الجهات الإدارية المختلفة.
- توفير المشرفين والمشرفات من المتخصصين فى مجال التربية الرياضية.
- استقبال الأعضاء المشاركين فى المشروع وتقسيمهم إلى مجموعات وفقًا لمراحلهم السنية ووفقًا لجنسهم (النوع).

- تنظيم لقاءات خارجية مع بعض الأندية التى يتم تنفيذ المشروع بها.

الأسس التى يتم مراعاتها فى برامج النشاط: يعمل المشروع على مراعاة أهم الأسس التالية فى برامج نشاطه، وهى:

- أن تتمشى البرامج مع المفهوم العام للرياضة للجميع.
- أن تكون البرامج مناسبة لجميع المراحل السنية من الجنسين ومن الفئات المختلفة.
- مناسبة البرامج للتقاليد والعادات الاجتماعية السائدة فى المجتمع.
- توفير بطاقة لتسجيل البيانات الخاصة بكل عضو مشارك فى برامج النشاط التى تتبع مشروع ممارسة الرياضة للجميع بالأندية الرياضية.

مشروع المراكز الرياضية لكبار السن بمديريات الشباب والرياضة:

وهو من المشروعات* التى تهتم بالرياضة للجميع ويختص بكبار السن، ويتم تنفيذه بجميع مديريات الشباب والرياضة بمحافظات جمهورية مصر العربية. وفيما يلى نبذة عن المشروع.

أهداف المشروع: قامت الإدارة المركزية للرياضة للجميع التابعة لجهاز الرياضة بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة بجمهورية مصر العربية، بتحديد أهم الأهداف التالية لمشروع المراكز الرياضية لكبار السن بمديريات الشباب والرياضة، وهى:

- تشجيع جميع افراد المجتمع من الرجال والسيدات لممارسة الرياضة بوجه عام ولممارسة المشى والجرى يوميا لمدة عشرين دقيقة وذلك بوجه خاص.
- الحفاظ على مستوى مناسب من اللياقة البدنية والمهارية بما يعود بالفائدة على الصحة النفسية والبدنية لكبار السن.

---

* شارك فى هذا المشروع جميع المراكز الرياضية على مستوى محافظات جمهورية مصر العربية والبالغ عددها (٢٧) وذلك خلال عام ١٩٩٢ ـ ١٩٩٣.

- الممارسة العامة للمناشط البدنية المختلفة، ونشر رياضة كبار السن فى مختلف القطاعات.
- استثمار أوقات الفراغ بما يعود على العضو المشارك فى المشروع بالفائدة فى جوانبه الاجتماعية والعقلية والترويحية والروحية والصحية، والوقاية من الإنحرافات.
- تنشيط الحياة الرياضية لكبار السن واتاحة الفرصة لأكبر عدد منهم للمشاركة فى ممارسة النشاط الرياضى.
- استثارة الدافع نحو الممارسة المنتظمة للرياضة للجميع لتصبح عادة سلوكية فى الحياة اليومية لكبار السن.
- الحفاظ على قدر مناسب من اللياقة البدنية لاداء الاعباء اليومية بسهولة ويسر من قبل كبار السن.
- العمل على تحقيق ما يلى لكبار السن:
  - تحسين كفاءة الجهاز الدورى والتنفسى.
  - تقوية العظام والمحافظة على مرونة وحركة المفاصل.
  - تقوية العضلات.
  - النشاط والحيوية.
  - ازدياد الشعور بالمرح والسعادة.
  - معالجة أو الوقاية من الأمراض التالية:
    - ضغط الدم.
    - البدانة.
    - أمراض القلب.
    - الآم الظهر.

- الآم المفاصل.
- تصلب الشرايين.
- الأمراض النفسية.

التنظيمات العامة للمشروع: توجد بعض التنظيمات التى ترمى إلى تحقيق المشروع لأهدافه، وتتناول الإشراف على المشروع ومراحل تنفيذه، وكذلك تحديد أماكن تنفيذه، وهيئة الإشراف على تنفيذه وذلك من حيث تشكيلها وتحديد أهم المهام التى يقوم بها كل من الجهاز الإدارى والجهاز الفنى العامل فى الجهات المنفذة للمشروع، وتتناول تلك التنظيمات برامج النشاط فى المشروع، ولذا فإن تلك التنظيمات تتضمن ما يلى:

أولاً : الإشراف: ويتم على المستويين المركزى والمحلى وفقًا لما يلى:

١ - المستوى المركزى: تقوم الإدارة المركزية للرياضة للجميع بجهاز الرياضة - الإدارة العامة للاتحادات النوعية - بالإشراف على المشروع فى جميع المحافظات المنفذة له.

٢ - المستوى المحلى: تقوم مديريات الشباب والرياضة بالمحافظات بمتابعة التنفيذ والإشراف على المراكز التابعة لها، وموافاة الإدارة المركزية للرياضة للجميع بالتقارير الدورية كل ثلاثة شهور.

ثانيًا: مراحل التنفيذ: ويراعى فى هذه المراحل أهم الاعتبارات التالية:

(أ) سن المستفيدين: ويتحدد عمرهم من بداية سن الأربعين وذلك للرجال ومن سن الخمسة والثلاثين للسيدات.

(ب) يستمر العمل بالمشروع طوال العام وذلك لفترة ثلاث مرات أسبوعيًا يتم خلالها استقبال الأعضاء للنشاط.

(جـ) تختار الجهة المنفذة للمشروع عدد لا يقل عن (١٥٠) عضوًا من كبار السن من الجنسين.

(د) تقوم الجهات المنفذة للمشروع بتوفير الإمكانات المناسبة واللازمة للمناشط المختلفة، وبما يحقق تنفيذ برامج النشاط والهدف من المشروع.

ثالثًا: مكان التنفيذ: ينفذ المشروع بجميع مديريات الشباب والرياضة بالمحافظات داخل المنشآت الرياضية المتاحة وذلك وفقًا لقدرات وظروف الأعضاء المشاركين فى المشروع.

رابعًا: هيئة الإشراف: تتشكل تلك الهيئة فى كل مركز من المراكز الرياضية لكبار السن بمديريات الشباب والرياضة وفقًا لما يلى:

- مدير المركز: ويتم اختياره من القادة المؤهلين لإدارة المشروع وممن لاتقل سنوات خبرتهم فى العمل عن (٥) سنوات.
- سكرتير المركز: ويتم اختياره من الموظفين الماليين والإداريين الذين لهم خبرة ودراية فى مجال العمل لا تقل عن (٣) سنوات.
- مدرب رياضى: يتم اختياره للأعضاء من الرجال وللأعضاء من السيدات، وفى حالة عدم وجودهن يتم اختيار عدد اثنين من المدربين الرياضيين. ويتم اختيار المدرب من الأعضاء فى نقابة المهن الرياضية من الحاصلين على بكالوريوس التربية الرياضية.
- طبيب زائر: ويتم اختياره ممن لهم خبرة ودراية فى مجال الطب الرياضى.
- العمال: يتم اختيار عامل لإعداد وتجهيز أماكن تنفيذ النشاط وتوفير الأدوات والأجهزة الرياضية وإعادتها إلى أماكن حفظها بعد الانتهاء من النشاط.

خامسًا: السجلات المطلوبة: يقوم كل من الجهازين الإدارى والفنى لكل جهة منفذة للمشروع بتوفير أهم السجلات التالية وفقًا لنوع اختصاص كل منهما، وهى:

- سجل بيانات الأعضاء المشاركين فى المشروع.
- سجل للأدوات الرياضية الموجودة فى المركز.
- سجل حضور وانصراف المشرفين والمدربين الرياضيين.
- سجل محاضر الاجتماعات.
- سجل النواحى المالية والإدارية.

سادسًا: برامج النشاط: تتضمن برامج النشاط بمشروع المراكز الرياضية لكبار السن بمديريات الشباب والرياضة على أوجه النشاط التالية:

- رياضة المشى والجرى ومسابقات فى كل منهما لمسافة (٢ ـ ٥) كيلو متر، وذلك لمرتين على الأقل خلال كل عام، وتسجيل الأزمنة التى يحققها كل مشارك فى تلك الرياضة.
- تمرينات للياقة البدنية تتوافق مع قدرات وسن الأعضاء المشاركين فى المشروع من الجنسين.
- كرة القدم، الكرة الطائرة، كرة السلة، تنس الطاولة، كرة السرعة، وأوجه نشاط أخرى حسب ميول وسن وجنس الأعضاء.
- تعليم بعض المهارات المناسبة لميول وسن وجنس الأعضاء المشاركين فى المشروع، وذلك فى الألعاب المختلفة.
- تنظيم مسابقات فى الألعاب المختارة ولقاءات رياضية بين المركز الرياضى لكبار السن والأندية القريبة منه، وذلك داخل المحافظات.
- برامج للترويح تنفذ خلال فترات الراحة النشطة بغرض استعادة النشاط.

ومن جانب آخر يراعى اجراء بعض التعديلات فى قوانين الألعاب والرياضات التى تتضمنها برامج النشاط وذلك فيما يرتبط بالزمن أو وقت اللعب، ساحات اللعب، عدد الممارسين، حتى تتناسب تلك المناشط مع قدرات الممارسين من كبار السن.

كما تتضمن اللقاءات الرياضية لمراكز كبار السن برامج لكل من السيدات والرجال وذلك بغرض تحقيق شعار «شباب على طول نحو حياه ملؤها الصحة والنشاط».

واشتمل برنامج اللقاءات لمراكز كبار السن للرجال خلال العام ١٩٩٦-١٩٩٧ على الألعاب والمسابقات التالية: كرة السلة، تنس الطاولة، شد الحبل، المشى والجرى لمسافة (٢) كيلو متر، تتابع تسليم الكرات الطبية، الرميات الحرة فى كرة السلة، خماسى كرة القدم.

كما اشتمل برنامج اللقاءات لمراكز كبار السن للسيدات على الألعاب والمسابقات التالية: الكرة الطائرة، كرة السلة، تنس الطاولة، مشى وجرى لمسافة (٢) كيلو متر، تتابع تسليم الكرات الطبية،شد الحبل، الرميات الحرة فى كرة السلة، الحجل بالحبل.

المراكز الرياضية للمعاقين:

تهتم ادارة المعاقين التى تُعد احدى الإدارات العامة للاحتفالات والبرامج الرياضية بالمجلس الأعلى للشباب والرياضة بالمراكز الرياضية للمعاقين. وفيما يلى عرض لأهم بنود اللائحة التنفيذية لتلك المراكز.

أولا: أهداف المراكز الرياضية للمعاقين: تتضمن مايلى:

- اتاحة الفرص لأكبر عدد من المعاقين لممارسة المناشط الترويحية والرياضية من الجنسين ولجميع الأعمار.
- مساعدة المعاق على تنمية اللياقة البدنية وكفاءته وتعويض ما فقده من قدرات بسبب اعاقته.
- اشباع الحاجات النفسية والاجتماعية لدى المعاق.
- اكتساب الثقة بالنفس من خلال اظهار بعض المهارات والقدرات الحركية أثناء ممارسة المعاق للنشاط.

- اعادة تسكين المعاق فى المجتمع واندماجه مع الآخرين.
- ممارسة المناشط البدنية بإشراف القيادات المؤهلة رياضيا.
- رعاية المتميزين رياضيا للوصول لمستوى البطولة.

ثانيا: العضوية:

- يتم فتح جميع المراكز الرياضية للمعاقين لممارسة المناشط الرياضية والترويحية تمشيا مع فلسفة الرياضة للجميع.
- ينضم الى عضوية المراكز الرياضية المعاقين بدنيا من (١٠) سنوات من الجنسين دون التقيد بالسن أو بالعدد.

ثالثا: اللعبات المنفذة:

- يتولى كل مركز اختيار الألعاب التى تتناسب مع امكانات ورغبات الأعضاء.
- ادخال العاب ترويحية جديدة تتمشى مع بيئة كل مركز وتتناسب مع كل فئات الإعاقة.

رابعا: مدة التنفيذ*:

- يستمر العمل بالمراكز الرياضية للمعاقين لمدة عشرة أشهر بداية من أول اغسطس.
- تخصص ثلاثة أيام لممارسة الأعضاء للمناشط الرياضية والترويحية، على أن يحدد كل مركز الأيام المناسبة له وكذلك تحديد أماكن الممارسة.

خامسا: البيانات المطلوبة من المراكز الرياضية للمعاقين:

- بيان بأسماء هيئة الأشراف على المركز وبيان بمؤهلاتهم ووظائفهم وبعمل القائمين به.

---

* وفقا للائحة التنفيذية للمراكز الرياضية للمعاقين لعام ١٩٩٥- ١٩٩٦ ولعام ١٩٩٦- ١٩٩٧.

- بيان بأسماء جميع الأعضاء فى الألعاب المختلفة بالمركز موضحا فئة الأعاقة، الألعاب التى يمارسها كل معاق، تاريخ الميلاد، تاريخ الالتحاق بالمركز.
- بيان بأماكن الممارسة ومواعيدها والألعاب المنفذة بالمركز.
- خطة النشاط العام: النشاط الدينى، الاجتماعى، الثقافى، الفنى.

مشروع اللقاءات الرياضية لمراكز المعاقين:

كما توجد بالمراكز الرياضية للمعاقين لائحة تختص باللقاءات الرياضية لمراكز المعاقين وتتحدد أهم بنود تلك اللائحة فيما يلى:

أولا: الهدف من اللقاءات: ويتحدد فى:

- اتاحة الفرصة للأعضاء المتميزين رياضيا للاشتراك فى المنافسات لإشباع الذات.
- تدعيم العلاقات الإنسانية وروابط الصداقة بين مختلف شباب المحافظات.
- تحقيق الفرص المتكافئة للنشاط التنافسى بين المراكز للوقوف على ما اكتسبه العضو من مهارات خلال فترة الممارسة.
- تدعيم قاعدة البطولة بالأفراد المتميزين فى اللعبات المختلفة.
- تعُد هذه اللقاءات نوعا من التقويم للمراكز الرياضية للمعاقين.

ثانيا: المشاركون:

- يشترك فى هذه اللقاءات جميع المراكز الرياضية للمعاقين بجمهورية مصر العربية ابتداء من سن (١٠) سنوات وذلك من الجنسين.
- تقام هذه اللقاءات بين اللاعبين المسجلين بالمراكز الرياضية للمعاقين من الرجال والسيدات.
- تقام لقاءات الفتيات ضمن اللقاءات القمية فقط.

ثالثا: الألعاب المنفذة:

- الألعاب الجماعية: الكرة الطائرة (جلوس) ـ كرة السلة للرجال فقط.
- الألعاب الفردية: العاب القوى ـ تنس الطاولة (كرسى متحرك) للرجال والسيدات.

رابعا: مراحل التنفيذ: وتتضمن ثلاث مراحل وهى:

- المرحلة الأولى: ويطلق عليها مسمى لقاءات المجموعات حيث يتم تقسيم جميع محافظات الجمهورية الى ثمانية مجموعات وتشمل كل منها خمسة مراكز رياضية للمعاقين. ولقد كانت المجموعات على النحو التالى وفقا لخطة ادارة المعاقين لعام (١٩٩٥- ١٩٩٦) وهى:
- المجموعة الأولى وتضم مايلى: بورسعيد، الشرقية، شمال سيناء، الساحل، دمياط*.
- المجموعة الثانية وتشمل مايلى: مرسى مطروح، الإسكندرية، القليوبية، الجمالية، البحيرة*.
- المجموعة الثالثة: وتتضمن مايلى: المنصورة، كفر الشيخ، المنوفية، السيدة زينب، طنطا*.
- المجموعة الرابعة وتضم: المحلة، دسوق، الإسماعيلية، جنوب سيناء، السويس*.
- المجموعة الخامسة وتشمل مايلى: أسيوط، قنا، دشنا، نجع حمادى، الوادى الجديد*.
- المجموعة السادسة وتتضمن مايلى: الحبانية، الأميرية، سوهاج، حلوان. المنيا*.
- المجموعة السابعة وتشمل مايلى: مدينة السلام، الفيوم، الجيزة، حلمية الزيتون، بنى سويف*.

---

* المحافظة المستضيفة للقاءات المراكز الرياضية للمعاقين فى كل من مجموعة من المجموعات الثمانية.

- المجموعة الثامنة وتضم: محافظة البحر الأحمر، كوم أمبو، قفط، الأقصر، أسوان*.
- المرحلة الثانية: اللقاءات المركزية.
- المرحلة الثالثة: اللقاءات القمية.

مشروع اللقاءات لمراكز شباب المدن والقرى:

كما تهتم الادارة العامة للاحتفالات والبرامج بتنظيم **اللقاءات لمراكز شباب المدن والقرى** وذلك لتحقيق أهم الاهداف التالية:

- نشر وتوسيع قاعدة الممارسين من شباب المدن والقرى لممارسة المناشط الرياضية.
- تدعيم العلاقات الانسانية والاجتماعية وروابط الصداقة بين شباب المحافظات.
- تنشيط حركة السياحة الداخلية لدى الشباب للتعرف على محافظات الجمهورية.
- تبادل الخبرات بين المدربين والمشرفين والقادة القائمين على تنفيذ الأنشطة التى تتضمنها تلك اللقاءات.
- استثمار الرياضة بما يعود بالصحة والسعادة على الممارسين.

وينفذ المشروع سنويا ولمدة عشر اشهر من ١٩٩٦/٧/١ إلى ١٩٩٧/٤/٣٠ وذلك فيما يرتبط بمشروعات عام (١٩٩٦- ١٩٩٧).

ويتضمن المشروع العاب كرة اليد، وخماسى كرة القدم، كرة السلة والكرة الطائرة* وذلك لمراكز شباب المدن. كما يشمل المشروع كرة القدم والكرة الطائرة فى مراكز شباب القرى.

كما يتم تنفيذ المشروع على ثلاثة مستويات وهى المستوى المحلى والمستوى المركزى والمستوى القمى.

---

* الكرة الطائرة للسيدات.

وفى المستوى المحلى تقوم مديريات الشباب والرياضة بالمحافظات بتنظيم لقاءات فى الألعاب المحددة بين جميع مراكز الشباب على المركز الأولى ليمثل المديرية فى المستوى المركزى (المجموعات).

وفى المستوى المركزى يتم تقسيم محافظات الجمهورية إلى أربعة مجموعات من (٦-٨) محافظات، كما تقسم كل مجموعة إلى قسمين (أ - ب) لكل لعبة، ثم تقام اللقاءات بين الفرق المشاركة فى كل قسم بطريقة الدورى من دور واحد، ويصعد الفريقان الحاصلان على المركز الأول من كل قسم (أ، ب) إلى المستوى القمى.

وفى المستوى القمى تقوم الإدارة المركزية للرياضة للجميع بتنظيم اللقاء الختامى فى الألعاب المحددة للمدن والقرى وذلك للفرق الحاصلة على المركز الأول من كل مجموعة بطريقة الدورى من دور واحد وباحدى محافظات الجمهورية، ويتم ذلك خلال الفترة من ٢٢/٢/١٩٩٧ إلى ١٣/٣/١٩٩٧م فيما يرتبط بالمشروع المنفذ فى عام (١٩٩٦- ١٩٩٧).

ويقدر عن المستفيدين* من هذا المشروع ما يقرب من (١٨٠٠٠٠) ممارس من الجنسين من سن (٢٥) للبنين وسن (١٨) للفتيات ويراعى عدم مشاركة طلبة وطالبات كليات التربية الرياضية فى المشروع.

مشروع لقاءات الأحياء الشعبية:

وكذلك تهتم الإدارة العامة للاحتفالات والبرامج بتنظيم مشروع لقاءات الأحياء الشعبية وذلك لتحقيق الأهداف التالية:

- توسيع قاعدة الممارسين للمناشط الرياضية لجميع الأعمار من الجنسين.
- اكتساب المهارات الرياضية المختلفة.
- استثمار أوقات الفراغ بما يعود على الممارسين بالنفع وتحت شعار الرياضة للجميع.

---

* يشارك فى المشروع اللاعبين المسجلين بمراكز شباب المدن والقرى غير المقيدين بالاتحادات الرياضية للألعاب المنفذة.

- اكتساب العناصر المتميزة من الممارسين.
- نشر الوعى الرياضى بين المواطنين.
- مزاولة المناشط الرياضية المختلفة بطريقة منظمة لتنمية روح القيادة لدى الشباب.

ويتم المشروع فى الساحات الشعبية بالأحياء المختلفة بالمحافظة ويسمح لجميع المراحلة السنية من المشاركة فى العابه والتى تشمل كرة القدم، الكرة الطائرة، العاب القوى، اختراق الضاحية، الدراجات، تنس الطاولة، رفع الأثقال.

كما تم تنفيذ اللقاءات التنشيطية لجميع الأحياء من أغسطس (١٩٩٦) وذلك للمشروع المنفذ فى عام (١٩٩٦- ١٩٩٧)، فى حين تم تحديد نهائى اللقاءات بمعرفة المديرية.

مشروع القوافل الرياضية:

ومن جانب آخر تهتم الإدارة العامة للاحتفالات والبرامج بمشروع القوافل الرياضية وذلك لتحقيق هدف نقل وتوصيل الخدمات الرياضية ونشر الوعى الرياضى لأكبر عدد من المواطنين بأماكن تجمعاتهم بالأحياء السكنية بالمدن والقرى والتى لاتتوافر فيها الامكانات الرياضية، وذلك عن طريق البرامج المحببة للمواطنين والمناسبة للأعمار السنية المختلفة.

وتحدد المديرية المواقع التى تنتقل إليها القوافل فى المدن والقرى والأحياء السكنية والنجوع مع مراعاة المساحات المناسبة لتنوع النشاط الرياضى المحدد للقافلة (الميادين، الحدائق العامة، الأجران) فى الخلاء خارج المدن والقرى.

ويستفيد من هذا المشروع جميع المواطنين فى مختلف المراحل السنية من الجنسين وهم من المتواجدين بمواقع التنفيذ المختارة، ويتراوح عدد الممارسين فى كل قافلة من (٢٠٠-٣٠٠) ممارس بالإضافة إلى عدد المشاهدين من (١٠٠٠ إلى ٢٠٠٠) مواطن. ولقد تضمن مشروع القوافل الرياضية لعام (١٩٩٦ - ١٩٩٧) البرنامج التالى:

- التدريب على المهارات فى الألعاب المختلفة.
- تمرينات أو ألعاب صغيرة تهدف لرفع اللياقة البدنية العامة لتتناسب مع المراحل السنية للممارسين.
- لقاءات فى الألعاب المنفذة.
- لقاءات المشى والجرى وشد الحبل.
- توزيع نشرات مطبوعة بطريقة مبسطة تشتمل على معلومات رياضية (أهمية الرياضة للصحة العامة - اللياقة البدنية - الرياضة والسمنة - الرياضة والوقاية من الأمراض - أضرار التدخين . . .).
- عروض سينمائية أو فيديو لأفلام تعليمية رياضية، تسجيلات لبعض المباريات فى الألعاب المختلفة، أو مقتطفات من الدورات الرياضية السابقة.

مشروع المراكز الصيفية للرياضة للجميع بالجامعات وفروعها والكليات المتخصصة والتعليم العالى:

وهو من المشروعات التى تهتم بالرياضة للجميع ويختص بالشباب، حيث يتيح لهم فرص ممارسة النشاط الرياضى أثناء العطلة الصيفية بالجامعات والفروع والكليات المتخصصة والتعليم العالى. ومن أهم أهداف مشروع المراكز الصيفية للرياضة للجميع بالجامعات وفروعها والكليات المتخصصة والتعليم العالى، ما يلى:

- إتاحة الفرصة لأكبر عدد من الطلبة والطالبات والمجتمع المحيط للمشاركة فى ممارسة النشاط الرياضى.
- استثمار أوقات الفراغ لدى الشباب بهدف تنمية الفكر لديهم وتزويدهم بمجموعة من الخبرات والمهارات التى تساعدهم فى التدريب على قيادة الجماعات من خلال الأوجه المختلفة للنشاط الرياضى.
- توفير الظروف الملائمة لتنمية الشخصية المتكاملة للشباب ووضع

البرامج التى تناسب احتياجاتهم ورغباتهم وميولهم بهدف المحافظة على الصحة العامة وتنمية لياقتهم البدنية.

- اكتشاف وتدريب القيادات التطوعية من الشباب وتوجيهها فى برامج ومناشط الرياضة للجميع.

ولقد بلغ إجمالى دعم المجلس الأعلى للشباب والرياضة لمشروع المراكز الصيفية للرياضة للجميع فى عام (١٩٩٢) مبلغ (٥٠٠٠٠٠) جنيه، ومبلغ (٦٦٠٥٠٠) جنيه فى عام (١٩٩٣)، ومبلغ (٧٦٠٠٠٠) جنيه فى عام (١٩٩٤).

كما بلغت التكلفة الإجمالية لتنفيذ المراكز الصيفية بالجامعات وفروعها وذلك خلال الفترة من ١٩٩٦/٧/١ وحتى ١٩٩٦/٩/٣٠ مبلغ وقدره (٤٠٢٢٨) جنيها مصريا، بينما بلغت التكلفة الإجمالية لتنفيذ المراكز الصيفية بالكليات المتخصصة مبلغا وقدره (٢٠١٢٤) جنيها.

وقد شارك عدد (٥) جامعات فى المشروع الذى تم تنفيذه فى عام (١٩٩٢)، بينما ارتفع العدد إلى (٨) فى العام التالى، وزاد إلى (١١) فى عام (١٩٩٤)، وبلغ (١٣) فى عام (١٩٩٥)، فى حين وصل العدد إلى (١٨) فى عام (١٩٩٦).

بينما شارك عدد (٥) كليات متخصصة* فى المشروع الذى تم تنفيذه فى عام (١٩٩٢) وفى عام (١٩٩٣)، وزاد إلى (٦) فى عام (١٩٩٤)، وبلغ العدد (٧) فى عام (١٩٩٥)، بينما وصل إلى (٩) فى عام (١٩٩٦).

ومن أهم البرامج التى يتم تنظيمها من قبل الإدارة العامة للنشاط الطلابى، البرامج والأنشطة الرياضية القمية القومية والتى تشمل:

- اللقاءات القمية للياقة البدنية وذلك بغرض نشر الرياضة للجميع وتحقيق أهدافها بالوصول بالطلاب فى جميع مراحل التعليم الجامعى

* كليات التربية الرياضية للبنين وللبنات.

إلى مستوى جيد فى اللياقة البدنية وذلك من خلال: إعداد مراكز اللياقة البدنية بالجامعات وفروعها والتعليم العالى، إقامة لقاء قمى للياقة البدنية للطلبة والطالبات بالجامعات وفروعها والتعليم العالى.

- سباقات الطرق بالجامعات وفروعها والتعليم العالى، ولقد تم خلال الفترة من ١٧/ ١٠/ ١٩٩٤ إلى ٦/ ٤/ ١٩٩٥ تنفيذ (٢٢) سباقا شارك فيهم (١٠٥١٤) من الطلبة والطالبات وأعضاء هيئة التدريس والعاملين بالكليات المختلفة بالجامعة أو الفرع والطلبة المعاقين.
- سباق الطريق القمى للجامعات وفروعها والتعليم العالى، ولقد اقيم السباق القومى القمى الأول فى ٦/ ٤/ ١٩٩٣ ونظمته أكاديمية الشرطة، والسباق الثانى الذى نظمته جامعة الاسكندرية فى ١/ ٤/ ١٩٩٤، والسباق الثالث فى ٦/ ٤/ ١٩٩٥ وقد نظمته جامعة قناة السويس، والسباق الرابع أقيم فى ٤/ ٤/ ١٩٩٦ وقد نظمته جامعة قناة السويس.
- سباق الطريق الأول لطلبة الكليات المتخصصة، وقد أقيم فى ١٨/ ٤/ ١٩٩٦ وشارك فى قطع مسافته التى بلغت (٥) كليومترات داخل أكاديمية الشرطة (٢١٠) طالبا، (٣٨) عضوا من هيئات التدريس، (١٠٠) مجند بأكاديمية الشرطة. ولقد شاركت فى السباق كليات التربية الرياضية للبنين بالجامعات التالية: حلوان، الزقازيق، أسيوط، المنيا، بورسعيد، المنوفية، الاسكندرية، وذلك بالإضافة إلى شعبة التربية الرياضية بجامعة الأزهر وأكاديمية الشرطة.
- لقاءات المعاقين بالجامعات والفروع والتعليم العالى، وذلك بغرض تنشيط الحياة الرياضية لدى الطلاب المعاقين بالجامعات والفروع والتعليم العالى ورفع مستوى أدائهم وتحفيزهم على التفوق. ولقد شارك (١٤٥) طالبا فى اللقاء الأول الذى نظمته جامعة طنطا فى عام

(١٩٩١)، وشارك (١٠١) فى اللقاء الثانى الذى نظمته أيضا جامعة طنطا فى أبريل (١٩٩٢)، وكذلك شارك (١٠٢) طالبا فى اللقاء الثالث الذى نظمته جامعة قناة السويس فى فبراير (١٩٩٣)، وفى اللقاء الرابع الذى نظمته جامعة الاسكندرية فى ديسمبر (١٩٩٣) شارك فيه (١٠٠) طالب، وشارك (١١٣) طالبا فى اللقاء الخامس الذى نظمته جامعة القاهرة (فرع الفيوم) فى نوفمبر (١٩٩٥)، بينما شارك (١١٧) طالبا فى اللقاء السادس الذى نظمته جامعة الاسكندرية فى ابريل (١٩٩٦).

مشروع المعسكرات الصيفية لطلبة وطالبات الجامعات:

وهو من المشروعات التى تهتم الإدارة العامة للنشاط الطلابى بإنجازها، ويختص بطلبة وطالبات الجامعات والكليات المتخصصة والتعليم العالى، حيث تقوم الإدارة العامة لرعاية الشباب بالجامعات بترشيح الطلاب المشاركين فى هذا المشروع من بين الطلاب المتميزين فى النشاط الرياضى أو فى اللياقة البدنية أو فى مناشط المعاقين.

ومن أهم أهداف مشروع المعسكرات الصيفية التى تسعى الإدارة العامة للنشاط الطلابى الى تحقيقها، الأهداف التالية:

- تنشيط الحياة الرياضية ونشر فكر الرياضة للجميع.
- تدعيم العلاقات الاجتماعية والإنسانية وروابط الصداقة بين الطلاب.
- تبادل الخبرات بين القادة والمشرفين على تنفيذ مناشط الرياضة للجميع.
- تنظيم واستثمار أوقات الفراغ لدى الطلبة والطالبات بما يعود عليهم بالفائدة خلال العطلة الصيفية.
- غرس القيم والمثل التربوية والاجتماعية وتنمية روح الانتماء الوطنى.

ولقد بلغ إجمالى دعم المجلس الأعلى للشباب والرياضة للمعسكرات

الصيفية لطلبة وطالبات الجامعات المصرية وكليات التربية الرياضية مبلغا وقدره (١٣٣٠٠٠) جنيه وذلك لكل من الأعوام (١٩٩٢، ١٩٩٣، ١٩٩٤).

الرياضة للجميع فى المملكة العربية السعودية

تهتم المملكة العربية السعودية بالرياضة للجميع منذ أن تم تشكيل الرئاسة العامة لرعاية الشباب وذلك فى عام (١٣٩٤هـ ـ ١٩٧٤م) فقد أكدت فى أولى خططها الخمسية (١٣٩٠ ـ ١٣٩٥هـ)، (١٣٩٥ ـ ١٤٠٠هـ) على أن الخدمات الرياضية والترويحية هى حق من حقوق المواطنة، كما أقرت برنامجًا للرياضة للجميع فى الموازنة المالية للسنة الأولى من تلك الخطة.

ولقد تزايد اهتمام الرئاسة العامة بالرياضة للجميع، فقامت بإنشاء إدارة خاصة ضمن الهيكل التنظيمى الخاص بها، ثم قامت بتأسيس الاتحاد السعودى للرياضة للجميع فى ٢٠/٦/١٤١٥هـ الموافق ٢٣/١١/١٩٩٤م. ويُعد هذا الاتحاد أول اتحاد عربى يتأسس لرعاية الرياضة للجميع.

ولقد تحددت أهداف الاتحاد السعودى للرياضة للجميع فى الأهداف التالية:

- دعم ونشر برامج ومناشط الرياضة للجميع ليتمكن أكبر قدر من شرائح المجتمع من المشاركة فيه والاستفادة من أوقات الفراغ وتنمية المواهب الرياضية.
- تشجيع أفراد المجتمع على ممارسة ألوان مختلفة من المناشط الرياضية التى تتفق مع ميولهم وقدراتهم ولتساعدهم على التمتع بالحياة الصحية السليمة.
- رفع مستوى اللياقة العامة والصحية والبدنية لأفراد المجتمع وتلبية الحد الأدنى من حاجة الجسم للحركة والنشاط.
- التأكيد عل فرص التعارف والصداقة وخلق التكيف والتعايش الاجتماعى والارتقاء بالعلاقات الإنسانية بين أفراد المجتمع.
- نشر مناشط وبرامج الرياضة للجميع التى تناسب مختلف الأعمار.

- تهيئة عدد من الكوادر الوطنية فى مجال الرياضة للجميع والعمل على تأهيلهم ونشرهم فى جميع الهيئات والمؤسسات الحكومية والأهلية للتوعية والتوجيه لبرامج الرياضة للجميع.
- تطوير الأبحاث والدراسات العلمية لرفع مستوى الثقافة الرياضية وزيادة الوعى بأهمية الرياضة للجميع لدى كافة أفراد المجتمع.
- دعم التعاون المثمر والبناء بين الهيئات والمؤسسات الحكومية والأهلية لنشر مفهوم الرياضة للجميع.

كما يقوم الاتحاد السعودى للرياضة للجميع بالاختصاصات والمهام التالية:

- تنظيم المناشط والبرامج الرياضية والترويحية المناسبة لجميع أفراد المجتمع ووفق التعاليم الإسلامية.
- تنظيم اللقاءات الرياضية والترويحية الفردية والجماعية للتأكيد على خلق فرص إيجابية لتحقيق التعايش الاجتماعى ودعم العلاقات الإنسانية بين أفراد المجتمع.
- تنظيم المخيمات والمعسكرات الترويحية لإتاحة فرص التعارف وقضاء وقت الفراغ بشكل مفيد ومنظم.
- إصدار النشرات والدوريات العلمية وتعميم البرامج الإعلامية لنشر الوعى العلمى والثقافة الرياضية للتعريف بمناشط وبرامج الرياضة للجميع.
- تنظيم المؤتمرات والندوات العلمية المتخصصة فى مجال الرياضة للجميع.
- المشاركة فى المؤتمرات والندوات العلمية الداخلية والخارجية المتخصصة فى مجال الرياضة للجميع.
- تأهيل وإعداد الكوادر الوطنية المتخصصة فى توجيه وتنفيذ برامج الرياضة للجميع وتنظيم الدورات التدريبية والتثقيفية لهم.

وفيما يلى نقدم موجزًا عن تجربة المملكة العربية السعودية فى مجال

مفهوم الرياضة للجميع وذلك من حيث الميزانيات والمنشآت الرياضية والقادة والبرامج والتوعية والإعلام فى مجال الرياضة للجميع وأهم المعوقات التى واجهت تلك التجربة.

أولاً : الميزانيات

تهتم الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى ميزانياتها بتخصيص الاعتمادات المالية لتنفيذ برامج ومشروعات الرياضة للجميع. ويتم توزيع تلك الاعتمادات على مكاتب الرئاسة بمختلف المناطق للصرف منها على البرامج والمشروعات التى يختص بها كل مكتب وفقًا للخطة السنوية التى يعدها ويشرف على تنفيذها قسم الرياضة للجميع بإدارة الشئون الرياضية بالرئاسة.

ولقد ارتفعت الاعتمادات المالية المخصصة للرياضة للجميع خلال الفترة من ١٣٩٥ إلى ١٤٠٣هـ من (٢٧٧) ألف ريال سعودى إلى (٢) مليون ريال، ثم قفزت إلى ما يقرب إلى (٥) مليون ريال فى اعتمادات السنة الأخيرة من الخطة الخمسية (١٤٠٠ ـ ١٤٠٥هـ)، وذلك لتنفيذ برامج الرياضة للجميع.

ثانيًا : المنشآت الرياضية

لقد قامت الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى ميزانياتها لعام (١٤٠٢ ـ ١٤٠٣هـ) بتخصيص ما يقرب من (٢,٤٠٦,٠٠٠,٠٠٠) ريال سعودى وهو ما يماثل ما يقرب من (٨٤,٥٠٪) من مجموع اعتمادتها المالية وذلك للمشاريع الإنشائية فى مجال الرياضة للجميع.

كما يشارك العديد من القطاعات وذلك كقطاع التعليم المتمثل فى وزارة المعارف والجامعات والقطاع العسكرى المتمثل فى القوات المسلحة والحرس الوطنى والأمن العام والقطاع الأهلى والخاص، فى توفير المنشآت والإمكانات للجميع من الجنسين ومن مختلف المراحل السنية لممارسة مناشط الرياضة للجميع.

وفيما يلى بيان بأهم المنشآت الرياضية التى قامت الرئاسة العامة لرعاية الشباب بإنشائها بالتعاون مع بعض الهيئات والمؤسسات الأخرى التى تباشر نشاطها بتوجيه وتمويل من الرئاسة لتحقيق استراتيجياتها نحو دعم الرياضة للجميع، وهى المنشآت الرياضية التالية:

- **المدن الرياضية :** وهى تُعد من المشروعات الكبرى الرائدة فى مجال المنشآت والتسهيلات الرياضية التى تخضع للمعايير العلمية فى التخطيط لها وفى إنشائها. وتشتمل تلك المدن على أهم الإمكانات التالية:
  - استاد رياضى يضم ملعب لكرة القدم، مضماراً لألعاب القوى، وتتراوح سعة مدرجاته بين (٢٥ - ٤٠) ألف مشاهد.
  - صالات مغطاة للسباحة وتستوعب ما يقرب من أربعة آلاف مشاهد.
  - ملاعب خارجية (مفتوحة) لممارسة الألعاب المختلفة.
  - حدائق ومسطحات خضراء.
  - بيت للشباب يتسع لمائتى شخص.
  - الخدمات الثقافية والترويحية ومسجد.
- **الأندية الرياضية :** تقوم تلك الأندية بتقديم الجزء الأكبر من الخدمات للبرامج الرياضية المختلفة. ولقد بدأت الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى عام (١٣٩٨هـ) فى انشاء أندية رياضية نموذجية تضم الإمكانات التالية:
  - ملعب رئيسى لكرة القدم يتسع لحضور ثلاثة آلاف مشاهد ومضمار لألعاب القوى.
  - صالة مغطاة لممارسة الألعاب الرياضية.
  - ملاعب خارجية (مفتوحة) لممارسة الألعاب الرياضية.
  - حدائق ومسطحات خضراء.
  - بيت للشباب يتسع لأربعين شخص.

- أماكن للترويح، مكتبة، مطعم، مسجد، مبنى للإدارة.

- **أندية الشباب :** تقام هذه الأندية فى الأحياء الآهلة بالسكان فى المدن، وتُعرف بالساحات الشعبية، وتتضمن الإمكانات التالية:

- ملاعب* من النوع المكشوف والمغطى وذلك لممارسة ألعاب كرة القدم والكرة الطائرة وكرة السلة والتنس الأرضى.

- حدائق للأطفال مجهزة بالألعاب المختلفة.

- صالة للترويح لممارسة تنس الطاولة وألعاب للتسلية.

- مكتبة صغيرة.

- كافتيريا لأولياء الأمور.

- مبانى للخدمات: غرف استبدال الملابس، دورات المياه، أماكن للاستحمام.

- **بيوت الشباب :** تهتم الرئاسة العامة لرعاية الشباب بإنشاء بيوت الشباب بغرض استقبال أعضائها كنزلاء يقيمون فيها لعدة أيام وبغرض تهيئة الفرص لهم لممارسة مختلف المناشط وبإشراف متخصصين متواجدين فى هذه المنشآت. ومن أهم تلك المناشط: النشاط الدينى، النشاط الثقافى، النشاط الاجتماعى، النشاط الفنى، النشاط الرياضى.

ويحتل النشاط الرياضى جانبًا هامًا من برامج بيوت الشباب، وتتضمن برامجه العديد من أوجه النشاط والتى من أهمها ما يلى: السباحة، كرة السلة، الكرة الطائرة. الجمباز، تنس الطاولة، التنس الأرضى، الأسكواش، البلياردو، الشطرنج.

- **مراكز الشباب:** وهى تُعد أندية خاصة للشباب، وتولى الرئاسة العامة لرعاية الشباب أهمية كبرى لإقامة هذه المراكز وذلك لجذب أعداد كبيرة من الشباب إليها.

* من النوع المصغر لإتاحة الفرصة لصغار السن لممارسة هذه الألعاب.

- **المراكز الترفيهية الساحلية:** تُعد مراكز لجذب الأفراد للمناشط المختلفة وللتوعية بالنشاط الرياضى وأهميته، وتحتوى تلك المراكز على ما يلى:

- صالة داخلية للألعاب الرياضية.
- ملاعب داخلية لتدريب الاسكواش.
- قاعة للعب البولنج Bowling.
- ملاعب للأطفال.
- حدائق.
- كبائن على شاطىء البحر.
- مرافق للرياضات المائية.

- **المعسكرات الدائمة للشباب:** وتعدها الرئاسة العامة لرعاية الشباب لتحقيق العديد من الأغراض الترويحية والأغراض المرتبطة بحياة الخلاء والتربية الروحية.
- **صالات جاهزة للألعاب:** وهى تحتوى على تجهيزات لملاعب الكرة القدم، الكرة الطائرة، كرة اليد وغيرها من الألعاب وتلك الصالات توجد فى مناطق مختلفة وبغرض إتاحة الفرصة لأكبر عدد من الشباب لممارسة المناشط الرياضية المختلفة.
- **حدائق الأطفال:** وهى حدائق مجهزة بالعديد من الأجهزة والأدوات التى تتيح فرص اللعب للأطفال، ويتم إنشاء هذه الحدائق ضمن سياسة انشاء المنتزهات العامة فى مدن المملكة العربية السعودية.
- **منشآت الهيئات الأخرى:** وهى المنشآت التى تقيمها الهيئات المتعاونة مع الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى تطبيق برامج الرياضة للجميع والتى من أهمها المنشآت التابعة للهيئات التالية: الجامعات، وزارة المعارف، المؤسسات والمعاهد، الحرس الوطنى، مراكز التنمية الاجتماعية.

ولقد أشارت الإحصائيات أن المنشآت التى وفرتها الهيئات الأخرى قد بلغ عددها (٨٩) من مجموع (١٥٣) أعدت من قبل الرئاسة العامة والهيئات الأخرى، وأن هذا العدد يمثل نسبة (٥٨٪) من مجموع تلك المنشآت، وذلك وفقًا للإحصائيات للعام (١٣٩٨هـ).

ثالثًا : القادة

أهتمت الرئاسة العامة لرعاية الشباب بتوفير الأعداد المناسبة من القادة للعمل فى مجال الرياضة للجميع، وذلك من خلال العمل على إعدادهم مهنيًا وتزويدهم بالخبرات المناسبة، حتى يمكن مواجهة احتياجات المجال من هؤلاء القادة وزيادة الطلب على الرياضة للجميع فى القطاعات المختلفة.

ولتحقيق هذا الغرض قامت تلك الرئاسة بابتعاث بعض خريجى أقسام ومعاهد التربية البدنية فى إطار تبادل الزيارات ضمن الاتفاقات الثنائية فى هذا الشأن مع بعض دول العالم، وذلك كدول ألمانيا الاتحادية وفنلندا والولايات المتحدة الأمريكية، بغرض الدراسة والتزود بالخبرات فى مجال الرياضة للجميع.

كما قامت الرئاسة العامة لرعاية الشباب بتنظيم العديد من الندوات والمؤتمرات* التى تناقش فكر الرياضة للجميع والبرامج التى يتم تنفيذها. ويشارك فى هذه الندوات والمؤتمرات العديد من القادة المسئولين عن الرياضة للجميع فى المكاتب الرئيسية بالرئاسة العامة لرعاية الشباب وبعض المكاتب الفرعية وفى مختلف الوزارات وفى الجامعات والحرس الوطنى والأمن العام والمعاهد التخصصية والمؤسسات الأهلية. ومن جانب آخر شارك الاتحاد السعودى للرياضة للجميع فى المؤتمر الدولى للرياضة للجميع الذى عقد فى كوريا فى عام (١٩٩٦م).

وتهتم أيضًا تلك الرئاسة بتنظيم العديد من الدورات التدريبية بغرض إعداد القادة الوطنيين فى مجال الرياضة للجميع ولتزويدهم بالمعلومات

* عقد أول مؤتمر للقيادات المسئولة عن الرياضة للجميع خلال الفترة من ٢٦ - ٢٩/١٢/١٤٠١هـ ببيت الشباب بالرياض. وقد حضره (٥٣) من القادة المسئولين عن الرياضة للجميع.

وبالمعرفة المرتبطة بهذا المجال. ولقد تم تنظيم أول دورة تدريبية من قبل الرئاسة العامة لرعاية الشباب لتحقيق هذا الغرض فى شهر رجب (١٤٠١هـ) بمدينة حائل. وقد شارك فى هذه الدورة (٤٠) دارسًا من القادة المهنيين الموكل إليهم عملية الإشراف على برامج الرياضة للجميع ومن القادة المتطوعين للعمل فى الأندية للإشراف على تلك البرامج. كما ينظم معهد إعداد القادة بالمملكة العربية السعودية بالتعاون مع الاتحاد الدولى للرياضة للجميع العديد من الدورات التدريبية* لإعداد القيادات الوطنية للعمل فى هذا المجال ولصقلهم. وكذلك نظم الاتحاد السعودى للرياضة للجميع دورة عن «موجهى برامج الرياضة للجميع» وذلك فى الرياض فى الفترة من (٤-٩/٨/١٤١٧هـ) الموافق (١٤ ـ ١٩/١٢/١٩٩٦م)، ولقد كان من بين المحاضرين فى هذه الدورة كل من اندريه فان ليرد André Van Lierde رئيس الاتحاد الدولى للرياضة للجميع، وبيرت نيروم مدير الاتحاد الدولى للرياضة للجميع.

ومن جانب آخر شارك الاتحاد السعودى للرياضة للجميع فى الدورة الدولية المتقدمة لموجهى برامج الرياضة للجميع التى أقيمت فى أسبانيا عام (١٩٩٥)، وفى الدورة الدولية المتقدمة لكوادر الرياضة للجميع فى الرباط بالمغرب فى عام (١٩٩٥م)، وفى الدورة الأولى لمعدى برامج الرياضة للجميع فى البحرين فى عام (١٩٩٦م)، وفى الدورة الدولية المتقدمة لأستاذة وموجهى برامج الرياضة للجميع فى تونس عام (١٩٩٦م).

وكذلك تهتم الرئاسة العامة لرعاية الشباب بتشكيل لجان للرياضة للجميع ـ الترويح ـ فى مختلف الوزارات والهيئات والمؤسسات لنشر الوعى الرياضى والثقافى والاجتماعى بين منسوبيها واستثارة دافعيتهم لممارسة هذه المناشط لاستثمار أوقات الفراغ.

---

* أول دورة تدريبية تم تنظيمها فى معهد إعداد القادة كانت فى عام (١٤٠٨هـ ـ ١٩٨٨م) وقد حضرها اندريه فان ليرد André Van Lierde رئيس الاتحاد الدولى للرياضة للجميع.

وتقوم تلك اللجان بتأصيل مفهوم الرياضة للجميع فى أماكن عملهم، كما تقوم بعقد الاجتماعات من وقت لآخر لمتابعة ما يتم إنجازه فى القطاعات المختلفة التى ينتمون إليها.

وتهتم الرئاسة العامة لرعاية الشباب بإجراء البحوث والدراسات العلمية فى مجال الرياضة للجميع والاستفادة من نتائج تلك البحوث فى تدعيم وتطوير أشكالها وأساليبها وبرامجها وإعداد القادة العاملين فى مجالها.

رابعًا: البرامج

لقد عملت الرئاسة العامة لرعاية الشباب على توفير نماذج متعددة من برامج ومناشط الرياضة للجميع، وفيما يلى توضيح لأهم تلك البرامج والمناشط.

- **برنامج الشارات الرياضية :** وهو يتضمن المناشط الرياضية التى تتميز بمعايير محددة لتقويم المشاركين فيها وتتويج الفائزين منهم بشارات من ثلاث فئات وهى: الشارة الذهبية والشارة الفضية والشارة البرونزية، وتمنح تلك الشارات وفقًا للمستوى الذى يحققه المشارك فى مناشط هذه البرنامج والذى يتضمن مشروعين رئيسيين وهما:

(أ) قياسات اللياقة البدنية: وذلك بهدف التعرف على مستويات اللياقة البدنية لمختلف الفئات المشاركة فى البرنامج. ولقد بدأ هذا المشروع فى السنة الثانية من الخطة الخمسية الثانية للرئاسة العامة لرعاية الشباب (١٣٩٠ - ١٣٩٥هـ) بالتعاون مع وزارة المعارف لوضع معايير علمية لعناصر اللياقة البدنية للنشء السعودى من تلاميذ المدارس.

وفى عام (١٣٩٧ - ١٣٩٨هـ) تم تنفيذ هذا المشروع على أعضاء الأندية الرياضية من عمر (١٨ - ٢٢) سنة. كما طبق بعد ذلك فى عام (١٤٠٠ - ١٤٠١هـ) على أعضاء مراكز تدريب الناشئين وعلى طلاب الجامعة فى عامى (١٤٠٠ - ١٤٠١هـ)، (١٤٠١-١٤٠٢هـ).

(ب) الرياضى المثالى على مستوى المملكة: وهو مشروع يهدف إلى إثابة الأفراد المتميزون فى الأداء الرياضى (الرياضيون) من ذوى المهارات الفردية والجماعية العالية ممن يتمتعون بمستويات ثقافية وعلمية مناسبة.

ـ **اللقاءات والزيارات الخاصة بالفرق الأجنبية:** ويهدف هذا البرنامج إلى نشر الوعى بين المواطنين وتعريفهم باللعبات والرياضات الجديدة ولجذب الجماهير نحو النشاط الرياضى، وذلك من خلال إقامة تلك اللقاءات بمختلف المدن والمناطق لإتاحة الفرصة للجماهير لمشاهدتها وللاستمتاع بعروضها، مما يتيح الفرصة لديهم بتكوين اتجاهات إيجابية نحو الممارسة الرياضية.

ولقد طبق هذا البرنامج اعتبارًا من السنة الأولى من الخطة الخمسية الثانية (١٣٩٥ ـ ١٤٠٠هـ) بالتعاون بين الرئاسة العامة لرعاية الشباب والهيئات الأخرى كالاتحادات الرياضية ووزارة المعارف.

ـ **الدورى الرياضى والابن المثالى:** ويتم هذا البرنامج بين الأندية التابعة لمراكز التنمية الاجتماعية بغرض اختيار العضو المثالى من بين أعضاء الأندية من خلال المشاركة فى العديد من المسابقات المرتبطة بالمناشط الثقافية واللياقة البدنية.

ويتضمن هذا البرنامج العديد من المناشط الرياضية وذلك كالألعاب ورياضات كرة القدم والكرة الطائرة وتنس الطاولة وألعاب القوى وشد الحبل، كما يشتمل على العديد من المناشط الاجتماعية.

ولقد بدأ تنفيذ هذا البرنامج اعتبارًا من العام (١٣٩٨ ـ ١٣٩٩هـ) ويشارك فيه جميع مناطق المملكة، ويهدف إلى نشر الوعى الرياضى بين أعضاء الأندية التابعة لمراكز التنمية الاجتماعية.

ـ **الدورى* الرياضى للوزارت والمصالح الحكومية:** ويشمل هذا البرنامج العديد من المناشط الرياضية والتى من أهمها ألعاب ورياضات كرة القدم

* الغرض من المنافسة من خلال الدورى هو إضفاء عامل التشويق والإثارة على البرنامج والتخلص من آثار التعصب والتوتر الناتجة عن المنافسة.

والكرة الطائرة وتنس الطاولة والسباحة وألعاب القوى. ويهدف إلى استثارة دافعية العاملين بالوزارات والمصالح الحكومية لممارسة النشاط الرياضى والحفاظ على صحتهم وزيادة كفاءتهم الإنتاجية.

- **دورى* المؤسسات والشركات:** ويُعد امتدادًا لبرنامج الدورى الرياضى للوزارات والمصالح الحكومية ويهدف إلى استثارة دافعية العاملين بها لممارسة النشاط الرياضى وتوفير الفرص لهم لتحقيق تلك الممارسة وكذلك يهدف إلى تنمية لياقتهم البدنية وتطوير صحتهم واستمتاعهم بأوقات الفراغ.

وقد حظى هذا البرنامج بإقبال هائل على مناشطه من قبل العاملين بالمؤسسات والشركات منذ عام (١٣٩٨ - ١٣٩٩هـ).

- **المسابقات الرياضية المفتوحة:** يهدف هذا البرنامج إلى إتاحة الفرص لغير المشاركين فى الأندية الرياضية (غير الرياضيين) للمشاركة الإيجابية فى المناشط الرياضية المختلفة وفى الحياة الاجتماعية. ويتضمن هذا البرنامج العديد من المناشط الرياضية الأكثر شعبية والتى يتم تبسيط قواعد لعبها بغرض جذب أكبر عدد ممكن من المواطنين لممارستها.

ولقد بدأت الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى تنفيذ هذا البرنامج منذ عام (١٣٩٨ - ١٣٩٩هـ).

- **المهرجانات الرياضية:** ولقد أقيمت هذه المهرجانات منذ عام (١٣٩٨ - ١٣٩٩هـ) بغرض نشر الوعى بالرياضة بين المواطنين وكذلك بغرض انتقاء الموهوبين وتوجيههم فى مجال رياضة المنافسات. كما يسعى هذا البرنامج إلى تجميع أعداد غفيرة من المواطنين على اختلاف أعمارهم ومستوياتهم وميولهم وذلك للمشاركة فى الألوان المختلفة للنشاط أو لمجرد مشاهدتها.

- **دورى الألعاب الشعبية القديمة:** والغرض من هذا البرنامج هو إحياء الألعاب الشعبية القديمة وإعادة وضعها فى أشكال تناسب العصر، وذلك لإشباع الدافع لدى لمواطنين لممارسة تلك الألعاب الشعبية النابعة من البيئة. ولقد بدأ تنفيذ هذا البرنامج فى عام (١٤٠١ - ١٤٠٢هـ).

وقد قامت الرئاسة العامة لرعاية الشباب بتكليف جمعية الثقافة والعلوم بإجراء دراسة لحصر الألعاب الشعبية الشائعة فى البيئة السعودية.

- **الدورة الرياضية المفتوحة للأحياء:** وقد بدأ تنفيذ هذا البرنامج فى عام (١٤٠١ ـ ١٤٠٢هـ) وهو يهدف إلى الاهتمام بتقديم الخدمات المرتبطة بالنشاط الرياضى للمواطنين، وذلك فى نطاق أحيائهم التى يعيشون فيها، حتى لا يكون بعد الأندية والمراكز سببًا فى عدم إقبال بعضهم على ممارسة النشاط الرياضى.

- **الدورة الرياضية للمعاهد الخاصة:** يهدف هذا البرنامج من خلال المشاركة فى النشاط التنافسى فى المعاهد الخاصة إلى نشر الوعى الرياضى بين طلبة هذه المعاهد.

- **المقابلات الثنائية بين الأندية (ذات الحساسية):** لقد بدأ تنفيذ هذا البرنامج فى عام (١٣٩٨ ـ ١٣٩٩هـ)، وهو يهدف إلى التخلص من الحماس الزائد والتعصب لدى جماهير الأندية، وذلك من خلال إقامة المباريات الثنائية الودية بين الأندية بعيدًا عن جمع النقاط والجوائز والمراكز المتقدمة، مما يؤدى إلى الحد من سلبيات المنافسة المتمثلة فى التعصب الزائد من قبل اللاعبين أو الجماهير المنتمية لتلك الأندية.

- **حدائق الأطفال:** يهدف هذا المشروع إلى إتاحة الفرصة للأطفال فى سن ما قبل المدرسة للانطلاق واللعب بحرية، وذلك من خلال تزويد هذه الحدائق بأجهزة مصممة يراعى فى اختيارها مناسبتها لقدراتهم وتوفر عوامل الأمان والسلامة بها.

ولقد بدأ تنفيذ هذا المشروع فى السنة الثانية من الخطة الخمسية الثانية (١٣٩٥ ـ ١٤٠٠هـ) بإشراف الرئاسة العامة لرعاية الشباب ومكاتبها الرئيسية بالتعاون مع البلديات. ثم انتقل هذا الدور بالكامل إلى البلديات التى تتوسع فى تعميم حدائق الأطفال داخل الحدائق العامة وبجوار التجمعات السكنية ومؤسسات رعاية الشباب فى مختلف مدن المملكة.

خامسًا : التوعية والإعلام

تقوم إدارة الإعلام والنشر فى الرئاسة العامة لرعاية الشباب بالتوعية بالرياضة للجميع والإعلان عنها والدعاية لها بغرض تكوين اتجاهات ايجابية لدى المواطنين نحو الرياضة للجميع وبغرض استثارة الدافعية لديهم لممارسة مناشطها المختلفة. ومن أهم المشروعات التى تهتم بها الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى مجال التوعية والإعلام، ما يلى:

- إصدار مجلة الشباب: وتهتم بالموضوعات المرتبطة بالشباب وبأوجه نشاطه.
- إصدار مجلة الجيل: وتهتم بالأخبار الرياضية وبعض التحقيقات العلمية.
- النشرة الأسبوعية: وتتضمن أخبار عن الشباب وعن مناشط الأندية والمؤسسات.
- البرامج الرياضية المذاعة بالراديو وبالتليفزيون بالتعاون مع وزارة الاعلام بهدف نشر الثقافة والوعى الرياضى بين المواطنين.
- إصدار كتيبات خاصة عن الرياضة للجميع، ويتم توزيعها فى المناسبات الرياضية الهامة.
- الملصقات المعبرة عن الرياضة للجميع.
- إصدار كتب متخصصة فى موضوعات الرياضة للجميع والتى تتناول توضيح لمفهومها ولأهدافها ولبرامجها ولطرق تنظيم أشكالها المختلفة وكذلك للموضوعات المرتبطة بطرق إعداد القادة فى مجالها.
- إقامة المعارض الفنية التى تسهم بطريق غير مباشر فى الارتفاع بالوعى الرياضى لدى المواطنين من خلال عرض للعديد من الصور للمناشط الرياضية.
- تعاون الرئاسة العامة لرعاية الشباب والاتحادات الرياضية واللجنة الأولمبية فى تقديم الخدمات الاعلامية المرتبطة بالرياضة للجميع.

سادساً: المعوقات

فى دراسة للواقع الميدانى لتجربة المملكة العربية السعودية فى مجال تطبيق مفهوم الرياضة للجميع تضمنت تحليل للتقارير الخاصة بالمتابعة الدورية عن برامج النشاط، وكذلك تحليل لآراء القائمين على تنفيذ تلك البرامج بمكاتب الرئاسة العامة لرعاية الشباب فى مختلف المناطق بالمملكة، أسفرت النتائج عن أهم ما يواجه تلك التجربة من صعوبات أو معوقات، وهى:

١ ـ معوقات مالية: ولقد تضمنت أهم ما يلى:

- عدم كفاية الموازنات المالية المخصصة لبرامج الرياضة للجميع.
- ربط تلك الموازنات ببرامج محددة وعدم السماح بالصرف من خلال ترحيل المخصصات المالية من بند إلى آخر من بنود الموازنة.
- تأخر وصول المخصصات المالية لبعض المكاتب فى التوقيت المناسب وذلك فى بعض الأحيان.

٢ ـ معوقات إدارية: ولقد تضمنت أهم ما يلى:

- نقص فى القيادت المسئولة فى مجال الرياضة للجميع وذلك بوجه عام والمتفرغين منهم بوجه خاص.
- عدم التخطيط الجيد والتنظيم والتنسيق للاستفادة من المنشآت الرياضية المتوفرة وذلك لعدم وجود جداول لتشغيل هذه المنشآت والاستفادة منها أقصى استفادة ممكنة.
- صعوبة مشاركة بعض المكاتب التابعة للرئاسة العامة لرعاية الشباب فى البرامج المركزية إلى جانب عدم توفر المرونة لدى المكاتب فى تنفيذ تلك البرامج من حيث التعديل فى محتواها أو مواعيد تنفيذها أو بما يتناسب مع الظروف المحلية.
- عدم التنسيق الزمنى بين برامج الرياضة للجميع وبرامج الرياضة التنافسية.

٣ ـ معوقات فنية: ولقد تضمنت ما يلى:

- عدم توفر المتخصصين فى الألعاب الشعبية.

- عدم وجود محتويات معروفة للاسترشاد بها عند تطبيق برنامج الألعاب الشعبية.
- عدم توفر دقة المعايير لبرنامج الشارات المرتبطة بقياسات اللياقة البدنية والرياضى المثالى، مما يسبب بعض المشكلات الإجرائية عند عملية التنفيذ.
- نقص فى بعض الأجهزة والأدوات الرياضية.

الرياضة للجميع فى تونس

منذ أن تأسس الاتحاد التونسى للرياضة والعمل Fédération Tunisienne Sport et Travail فى ٩ نوفمبر (١٩٧١) والجمعية الأهلية للرياضة والثقافة والعمل Association Nationale Sport, Culture et Travail بدأ تطور مناشط الرياضة Sport والعمل Travail فى دولة تونس.

وبدأ يتردد مصطلح الرياضة للجميع فى تونس منذ عام (١٩٧٤) وقد بدأ المسئولين فى الاتحاد التونسى للرياضة والعمل بالاهتمام بمناشط الرياضة للجميع والعمل على التخطيط طويل المدى لدعمها.

وفى عام (١٩٧٥) قامت الجمعية الأهلية للرياضة والثقافة والعمل (ANSCT)* بتنظيم حملة للرياضة للجميع تحت شعار «سليم» "Slim" بغرض دعوة المواطنين لممارسة مناشط الرياضة حتى يتحقق لكل منهم سلامة البدن والعقل.

وفى خلال تلك الحملة الإعلامية تم توزيع ما يقرب من (١٠٠٠٠) ملصق وإعلان، (٢٢٠٠٠٠) علبة كبريت، (٣٠٠٠) حاملة مفاتيح، كدعاية تحمل شعار «سليم» بغرض تطوير الصحة santé والشعور بالأمان sécurité واستثمار أوقات الفراغ فى الترويح وزيادة الإنتاج productivité من خلال ممارسة الرياضة.

ولتحقيق ذلك الغرض قامت الحملة الإعلامية للرياضة للجميع بعرض فيلم (١٦) ملمم باسم «الحركة» "Le Mouvement" فى التليفزيون وفى الأحياء وكذلك قامت بعرض فيلم آخر ملون بمسمى «الرياضة للجميع» "Sport Pour Tous".

* Association National Sport Culture et Travail.

ومنذ عام (١٩٧٦) والمسئولين فى الجمعية الأهلية للرياضة والثقافة والعمل يولون الاهتمام بتنظيم العديد من الاحتفالات والأيام للرياضة للجميع وذلك فى العديد من المناشط والتى كان من أهمها مناشط ألعاب القوى والدراجات. كما أولت صحيفة الرياضة والثقافة والعمل التى تصدرها الجمعية الأهلية للرياضة والثقافة والعمل اهتمامًا بنشر مبادىء الرياضة للجميع من خلال مقالاتها، وذلك منذ عام (١٩٧٩).

وفى عام (١٩٨١) قامت إدارة التربية البدنية والرياضة التابعة لوزارة الشباب والرياضة بإعداد تقرير كامل عن الرياضة للجميع وذلك لعرضه فى المؤتمر* القومى لتطوير الرياضة والذى عقد فى ٣١ أغسطس ١٩٨١. ولقد تناول هذا التقرير تحديد لأهم المشكلات التى تعوق حركة الرياضة للجميع وكيفية وطرق التغلب عليها.

وكذلك أولت اللجنة الأهلية للرياضة للجميع والتابعة للجمعية الأهلية للرياضة والثقافة والعمل اهتمامها بمناشط الرياضة للجميع فى المؤسسات التعليمية وفى المنظمات الشبابية وفى المؤسسات الإنتاجية.

كما أن الجمعية الأهلية للرياضة والثقافة والعمل تعمل بالتعاون مع اللجنة الأولمبية الأهلية والاتحادات الرياضية الأهلية وكذلك بالتعاون مع القطاعات المختلفة فى مجال الصحة والإسكان وبالتعاون مع المؤسسات التربوية والاجتماعية وشركات التأمين وصناديق الادخار والنقابات العمالية والمهنية، على دعم حركة الرياضة للجميع والعمل على زيادة موازناتها المالية وتوفير إمكاناتها وإعداد الكوادر العاملة فى مجالها وذلك من خلال التنسيق مع وزارة الشباب والرياضة التونسية.

وتهتم الاتحادات الأهلية الرياضية فى تونس بالرياضة للجميع من خلال توفير ممارسة مناشط الرياضة لغير الممارسين (غير الرياضيين) وفقًا

* Conférence Nationale sur le Développement du Sport. Août 1981.

لاحتياجاتهم وذلك بإتاحة الفرصة لهم للمشاركة فى العديد من المناشط، كالمشاركة فى مناشط كرة السلة المصغرة Mini-basket والكرة الطائرة المصغرة Mini-Volley وفى المشاركة فى الألعاب الرياضية التعليمية وفى مناشط أوقات الفراغ والترويح ومناشط الهواء الطلق أو الخلاء وكذلك المشاركة فى المناشط الإيقاعية وفى مناشط المشى والجرى وسياحة الدراجات Cyclotourisme إلى جانب المشاركة فى الاختبارات الرياضية.

كما تسعى تونس إلى توفير إمكانات ممارسة مناشط الرياضة للجميع إلى كل فئات المجتمع وذلك من خلال قيام الهيئات المتعاونة فى تدعيم حركة الرياضة للجميع بتوفير الإمكانات المرتبطة بذلك والتى من أهمها: بناء الصالات لممارسة الألعاب الرياضية، وتجهيز الساحات الخالية لممارسة النشاط الرياضى فى الأحياء، واستخدام الطرق التى يتم إغلاقها أمام الحركة المرورية لتحقيق ذلك الهدف، إلى جانب توفير مناضد تنس طاولة وتجهيز طرق للمشى وللجرى ولركوب الداراجات.

وكذلك يتم الاهتمام بزيادة الوعى لدى المواطنين لممارسة مناشط الرياضة للجميع من خلال دعم الحملات الإعلامية عن الرياضة للجميع. ولقد رفعت أحدى تلك الحملات الإعلامية شعار «إذا لم تأت إلى الرياضة، فإن الرياضة سوف تأتى هى إليك» "Si tu ne viens pas au sport le sport vient à toi".

ومن جانب آخر اهتمت تونس بتوفير الدعامة القانونية Le support Législatif et juridique. ولذا فقد صدر فى السادس من أغسطس ١٩٨٤ القانون رقم (٨٤/٦٣) والذى ينص على أهمية الرياضة للجميع وعلى ضرورة توفيرها لكافة المواطنين. وقد تضمن هذا القانون أهم المواد التالية:

المادة (١) : تُعد التربية البدنية والرياضة وسائل رئيسية لعملية التربية والثقافة ويسهمان فى تشكيل وتكامل وتطوير القدرات البدنية والعقلية للمواطن.

المادة (٢) : تُعد ممارسة التربية البدنية والرياضة حق أساسى لكل مواطن تونسى.

المادة (٣) : تتولى وزارة الشباب والرياضة فى تونس مسئولية توفير فرص ممارسة مناشط التربية البدنية والرياضة لكافة الفئات فى المجتمع.

المادة (٤) : يجب أن تعمل الدولة والهيئات الأهلية على تقديم الدعم المعنوى والفنى والمادى لحركة الرياضة للجميع ولتطوير مناشط التربية البدنية والرياضة للتغلب على مخاطر العنف والدعاية التجارية والمنشطات dooping وكذلك لمقاومة ومحاربة كل ما هو مخالف لمبادىء اللعب النظيف Fair Play وللقيم التربوية للرياضة.

المادة (٥) : يجب على التلاميذ فى المراحل التعليمية المختلفة وفى مختلف أنواع التعليم - فيما عدا الذين لا تسمح لهم حالتهم الصحية بذلك وفقًا لتقرير طبى - تعلم مناشط التربية البدنية والرياضة على أيدى معلمين وتربويين متخصصين فى المجال.

المادة (٧) : يجب تشكيل - إجباريًا - جمعية رياضية فى كل مؤسسة تعليمية فى مرحلة التعليم المدرسى وفى مرحلة التعليم الجامعى تتبع اللجنة التونسية لتنظيم الرياضة المدرسية والجامعية التى ترعى حركة توفير الإمكانات والوسائل المادية لتطوير الرياضة المدرسية والجامعية.

المادة (١١) : يجب أن تكون العضوية إلى أية جمعية رياضية مكفولة لكل مواطن وحق أساسى له.

المادة (١٢) : يُعد توفير المربين والمتخصصين والمؤهلين المضطلعين بمهام تشكيل الممارسين للنشاط الرياضى، ضرورة يجب العمل على تحقيقها.

المادة (٣٧) : يشكل فى كل محافظة مجلس محلى للرياضة برئاسة المحافظ أو ممثل له.

المادة (٣٨) : يضطلع المجلس المحلى للرياضة بمهام الإشراف على تحقيق البرامج المحلية لتطوير الرياضة.

المادة (٣٩) : يقوم المجلس المحلى للرياضة بالتنسيق مع ممثل المديريات فى وزارة الشباب والرياضة بالإشراف على مناشط اللجان المنبثقة عن المجالس المحلية والمجالس المشتركة للرياضة.

المادة (٤٠) : يقوم المجلس المحلى للرياضة بالإشراف على تنفيذ برامج إعداد القادة وفقًا للمحليات وكذلك الإشراف على توفير المنشآت الرياضية فى تلك المحليات.

المادة (٤١) : يقوم المجلس المحلى للرياضة بالتعاون مع الهيئات الرياضية الأخرى بتنظيم الاحتفالات الرياضية المحلية فى إطار رياضة الجماهير أو الرياضة للجميع.

المادة (٤٣) : تأسيس لجنة عليا تونسية للرياضة برئاسة وزير الشباب والرياضة أو من ينوب عنه.

المادة (٤٤) : تضم اللجنة العليا للرياضة رؤساء الاتحادات الرياضية التونسية وممثلين عن اللجنة الأهلية الأولمبية التونسية وخبراء فى المجال الرياضى يتم تعيينهم من قبل وزارة الشباب والرياضة.

المادة (٤٥) : تقوم اللجنة العليا للرياضة بإبداء رأيها فى كافة الموضوعات الرياضية وبمشاركة وزارة الشباب والرياضة فى تنفيذ السياسة الرياضية Politique Sportive وخطط تنمية وتطوير المناشط البدنية والمناشط الرياضية. كما تقوم اللجنة بتوجيه وتنسيق أعمال الحركة الرياضية.

الرياضة للجميع فى البحرين

تهتم المؤسسة العامة للشباب والرياضة بدولة البحرين بدعم حركة الرياضة للجميع. وتتولى إدارة الشئون الرياضية التابعة للمؤسسة العامة للشباب والرياضة برعاية حركة الرياضة للجميع وذلك من خلال إدارة مراقبة الرياضة للجميع المنبثقة عنها.

كما ينبثق عن ادارة مراقبة الرياضة للجميع العديد من الوحدات التى تتولى تنظيم وإدارة مناشط الرياضة للجميع بالتعاون والتنسيق مع الأندية والاتحادات واللجان والمؤسسات الرياضية بدولة البحرين، وهذه الوحدات هى:

- وحدة المدربين.
- وحدة رياضة المعاقين.
- وحدة مراكز التدريب.

وقد حددت اللجنة البحرينية للرياضة للجميع* والتابعة للمؤسسة العامة للشباب والرياضة، الأهداف التالية لبرامج الرياضة للجميع فى دولة البحرين، وهى:

- توفير الحد الأدنى من حاجة الجسم للنشاط الحركى بما يكفى للمحافظة على مستوى اللياقة البدنية.
- تحقيق الاتزان النفسى والاجتماعى.
- مواجهة الآثار الجانبية للثورة التكنولوجية.
- رفع معدلات الإنتاج كنتيجة للتقدم بالقدرات البدنية والصحية لأفراد المجتمع.
- تشجيع الأندية والمؤسسات على تبنى مراكز للرياضة للجميع.

ومن جانب أخر تباشر اللجنة البحرينية للرياضة للجميع الاختصاصات التالية وذلك لتحقيق الأهداف التى شكلت من أجلها، وهى:

---

* تم تشكيل اللجنة البحرينية للرياضة للجميع بقرار من رئيس المؤسسة العامة للشباب والرياضة فى عام ١٩٩١.

- وضع الخطط والبرامج التى تحقق اهداف الرياضة للجميع.
- وضع الأسس والمبادئ لتنظيم شئون الرياضة للجميع فى البحرين.
- تنظيم البحوث والدراسات المختلفة وعقد المؤتمرات لبحث الأمور المتعلقة بالرياضة للجميع ومشكلاتها واعداد مراكز التدريب.
- الأشراف ومتابعة تنفيذ برامج الرياضة للجميع وتقديمها مرحليا.
- الإذن للجهات المختلفة التى ترغب فى انشاء مراكز خاصة بالرياضة للجميع وذلك بعد موافقة المؤسسة العامة للشباب والرياضة.

كما تعمل دولة البحرين على توفير الأشكال التالية لممارسة برامج الرياضة للجميع، وهى:

١ ـ **اللياقة البدنية للسيدات:** تحت إشراف مراقبة الرياضة للجميع ومعهد البحرين الرياضى بالمؤسسة العامة للشباب والرياضة ووزارة التربية والتعليم، تم إقامة (١٣) مركز لبرامج اللياقة البدنية فى مختلف مناطق البحرين لجميع فئات المجتمع ـ الموظفات، ربات البيوت، الطالبات، كبار السن ـ وتهدف تلك البرامج إلى تنمية اللياقة البدنية والمحافظة على الوزن والترويح. كما يتم تنفيذ تلك البرامج من قبل مدربات متخصصات فى مجال التربية الرياضية واللياقة البدنية.

٢ ـ **اللياقة البدنية للرجال:** تحت إشراف مراقبة الرياضة للجميع ومعهد البحرين الرياضى ووزارة التربية والتعليم تم إقامة (٦) مراكز لبرامج اللياقة البدنية (تمرينات هوائية، والتدريب على أجهزة التقوية) وتهدف تلك البرامج إلى تنمية اللياقة البدنية والمحافظة على الوزن واكتساب القوام المعتدل والترويح.

٣ ـ **برامج السباحة للجميع:** تنظم مراقبة الرياضة للجميع برامج السباحة للجميع للأطفال والسيدات وكبار السن بهدف محو أمية السباحة، وذلك بالتعاون والتنسيق مع الاتحاد البحرينى للسباحة والأندية وبعض الفنادق.

٤ ـ **برامج رياضية للمعوقين:** تنظم مراقبة الرياضة للجميع مهرجانات رياضية ترفيهية للمعوقين (للفئات المختلفة) بالتعاون مع لجنة البحرين لرياضة المعوقين ومركز الحراك الدولى والأندية الوطنية، وتشتمل المهرجانات على مسابقات فى الجرى والمشى وركوب الدراجات والسباحة وبعض الألعاب الرياضية (كرة السلة، الكرة الطائرة، وألعاب القوى).

٥ ـ **تنظيم بعض الفعاليات والأنشطة الرياضية من قبل الأندية الوطنية والجمعيات مثل:**

- مسابقات فى صيد السمك.
- مسابقات مفتوحة فى البولينج.
- مسابقات فى العوامات (التجديف).
- سباقات المشى والجرى.

وفى دراسة حديثة (١٩٩٣) قام بها عبد الرحمن سيار* للحصول على درجة دكتوراه الفلسفة فى التربية الرياضية من كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة بجامعة حلوان، والتى كانت بعنوان «وضع استراتيجية للرياضة للجميع بدولة البحرين» أسفرت عن العديد من التوصيات الهامة فى العديد من المجالات التالية: التشريع، البرامج، التمويل، المنشآت والملاعب، الرياضة المدرسية، إعداد القيادات، الإعلام، التعاون والتنسيق، الدراسات والبحوث، إلى جانب بعض التوصيات العامة، وذلك على النحو التالى:

أولاً : فى مجال التشريع: ولقد تضمن التوصيات التالية:

١ ـ إصدار التشريع اللازم لإنشاء لجنة وطنية للرياضة للجميع تضطلع بمسئولية نشر ورعاية وتطوير حركة الرياضة للجميع فى البحرين وبرئاسة رئيس المؤسسة العامة للشباب والرياضة وعضوية ممثلين من وزارات

* مدير معهد البحرين الرياضى بالمؤسسة العامة للشباب والرياضة بدولة البحرين.

الدولة وممثلى المؤسسات والشركات وذلك حسب التالى: المؤسسة العامة للشباب والرياضة، وزارة التربية والتعليم، وزارة الصحة، وزارة الإسكان، وزارة الداخلية، وزارة الدفاع، وزارة الإعلام، وزارة العمل والشئون الاجتماعية، والهيئة البلدية المركزية، واللجنة الأولمبية البحرينية، جامعة البحرين، المؤسسات والشركات.

٢ ـ إصدار تشريع يؤكد لكل فرد فى المجتمع (النشء بما فيهم الأطفال قبل سن المدرسة حتى المتقدمين فى السن، والمرأة، والعمال، والمعوقين) الحق فى ممارسة الرياضة لتنمية شخصيته بصورة شاملة ومتكاملة من الناحية البدنية والذهنية والمعنوية من خلال برامج للرياضة للجميع تتلائم واحتياجاته وقدراته وميوله.

٣ ـ توظيف الرياضة فى تحقيق السلامة الصحية والبدنية لجميع أفراد الشعب من خلال توفير سبل الرعاية البدنية والصحية والإلزام بتنفيذ مشروع البطاقة الصحية للممارسين للرياضة.

٤ ـ ضرورة أن يشمل تخطيط أى مشروع للمدن والمجمعات الجديدة للإسكان الأماكن المناسبة والساحات لإقامة المنشآت الرياضية وفق احتياجات هذه المجمعات.

٥ ـ اتخاذ تدابير تشريعية وإدارية لتطويع إنشاءات رياضية خاصة لاحتياجات المعوقين.

ثانيا ـ فى مجال البرامج: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ ـ بناء برامج الرياضة للجميع على أسس علمية وتربوية انطلاقًا من الواقع الثقافى والاجتماعى والاقتصادى والمناخى، وبحيث تخدم قطاعات المجتمع المتمثلة فى رياض الأطفال والمدارس والجامعات، والشرطة والجيش، والوحدات الإنتاجية (الموظفين والعمال)، والمرأة وربات البيوت، والمعوقين، والرياضيين.

٢ - إحياء الألعاب والرياضات الفولكلورية الشعبية المرتبطة بالتراث، والعمل على تنميتها وتطويرها ونشرها على مستوى المواطنين فى المدن والقرى، وإدراجها ضمن برامج الرياضة المدرسية والرياضة الجامعية وبرامج الأندية الرياضية، لتأمين أقصى مشاركة فى الأنشطة الرياضية لكافة قطاعات المجتمع.

٣ - العمل على توسيع نطاق ممارسة المناشط البدنية والرياضية للفتيات والنساء بما يتفق مع أحكام اتفاقية الأمم المتحدة بشأن القضاء على جميع أشكال التمييز العنصرى ضد المرأة (١٩٧٩)، وتوصيات المؤتمر العالمى لدراسة وتقويم منجزات عقد الأمم المتحدة الخاصة بالمرأة (١٩٨٥).

٤ - العمل على تنظيم أسبوع رياضى تحت مسمى (أسبوع الرياضة للجميع) يتضمن مجموعة من الفعاليات كالمهرجانات والمسابقات والاحتفالات والألعاب الشعبية والندوات والمحاضرات وذلك فى إطار العقد العالمى للتنمية الثقافية والمحافظة على التراث من خلال التعاون بين المؤسسات الرياضية الحكومية والأهلية.

٥ - العمل على تنظيم برامج رياضية لقطاع العمال والموظفين لتأكيد العلاقة الإيجابية بين الرياضة وزيادة الانتاج وأهمية ممارسة المناشط الرياضية الترويحية التعويضية الملائمة لطبيعة العمل البدنى.

٦ - العمل على وضع خطة طويلة المدى تحت مسمى (الرياضة للجميع من أجل الصحة للجميع قبل حلول عام ٢٠٠٠) على أن تتضمن فعاليات الخطة ما يلى:

- برامج رياضية (السباحة للجميع، الجرى للجميع، كرة السلة للجميع، كرة القدم للجميع، ركوب الدراجات للجميع، كرة الطاولة للجميع، التنس للجميع.....).

- حملات شعبية إعلامية ثقافية.
- إقامة المنشآت والملاعب والساحات الرياضية.
- تنظيم برامج ثقافية للتوعية بأهمية الرياضة ودورها البنائى والوقائى والعلاجى فى عملية التنمية البشرية وتنشيط طابع الحياة.

٧ - تنظيم برامج رياضية لكبار السن فى دار العجزة والمسنين تحت إشراف متخصصين من خلال التعاون والتنسيق بين وزارة الشئون الاجتماعية والعمل، ووزارة الصحة، والمؤسسة العامة للشباب والرياضة.

٨ - زيادة الاهتمام بتوفير البرامج والمناشط الرياضية للمعوقين وللأطفال ما قبل المدرسة وفق أسلوب مقنن، وتوفير كافة الإمكانات المادية والبشرية لذلك، حتى يمكن تنمية الإتجاهات الايجابية نحو الممارسة الرياضية منذ الصغر.

٩ - العمل على زيادة الوعى الطبى والرياضى عن أهمية وفوائد ممارسة المعوقين للنشاط البدنى الترويحى من خلال التعاون بين وزارة الصحة والتربية والتعليم والمؤسسة العامة للشباب والرياضة.

١٠ - زيادة اهتمام وسائل الإعلام بالبرامج والمناشط الرياضية للمعوقين لإثارة الاهتمام الجماهيرى والاشتراك الفعلى للمعوقين من خلال حلقات تثقيفية، وبرامج تليفزيونية، وتنظيم مسابقات ومهرجانات واحتفالات خاصة بالمعوقين.

ثالثا : فى مجال التمويل: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ - العمل على إيجاد التمويل الكافى لبرامج وفعاليات حركة الرياضة للجميع المستهدفة لجميع الفئات العمرية للمجتمع ومردودها الجماهيرى، وعلى ان تكون مصادر التمويل حسب التالى:

- الدعم الحكومى.

- الدعم الأهلى.
- الإعانات والهبات المحلية والدولية.
- الإعلانات.
- الدعم من البنوك والمؤسسات.
- الاشتراكات من العضوية.
- الإيراد المالى من تنظيم المسابقات والمناشط والاحتفالات والمهرجانات الرياضية والأسواق والمعارض الخيرية.
- الاستثمار الاقتصادى.
- تحفيز القطاعات الأهلية كالبنوك والشركات والجمعيات والأندية الخاصة والفنادق على تدعيم الرياضة للجميع وبرامجها وتبنى الإنفاق عليها من خلال التبرعات لإقامة مشاريع ومنشآت رياضية.
- تدعيم الجهود الأخرى الرامية إلى إيجاد مصادر تمويلية أخرى لتنمية الرياضة للجميع.

٢ ـ تحديد موازنة مالية مستقلة بالرياضة للجميع تدرج فى ميزانية المؤسسة العامة للشباب والرياضة، ووزارة التربية والتعليم، والأندية والاتحادات واللجان الرياضية، وذلك من أجل تنمية الرياضة للجميع.

٣ ـ التعاون والتنسيق بين اللجنة الوطنية للرياضة للجميع وشركة البحرين للمشاريع السياحية لتنظيم برامج وفعاليات رياضية كالسباحة ورياضات البحر بهدف إيجاد إيرادات مالية لتنمية حركة الرياضة للجميع من خلال السياحة الرياضية.

رابعا : فى مجال المنشآت والملاعب: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ ـ التعاون والتنسيق بين وزارة الاشغال والكهرباء والماء والمؤسسة العامة للشباب والرياضة والهيئة البلدية المركزية، لإقامة وإنشاء ممرات مهيئة للمشى ومضمار للجرى وطرق للدراجات موزعة فى مناطق مختلفة من الدولة.

٢ - إنشاء الملاعب والساحات الشعبية فى الأماكن الترويحية كالسواحل وأماكن الخلاء والحدائق العامة.

٣ - دعم وتشجيع المصانع المحلية لإنتاج التجهيزات والأدوات والملابس الرياضية بأسعار مشجعة وبالتعاون مع الشركات العالمية ووفق المواصفات العالمية.

٤ - الاستعانة بالمنشآت الرياضية التابعة لمختلف الهيئات الحكومية والأهلية والجامعة والمدارس والشركات والفنادق، لتنفيذ برامج الرياضة للجميع حتى تستغل بكامل طاقاتها وإمكاناتها.

خامسا : فى مجال الرياضة المدرسية: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ - ينبغى للنظام التعليمى أن يفسح للتربية الرياضية كل ما هو ضرورى لتحقيق التوازن ودعم الروابط بين المناشط الرياضية والمناشط التربوية (الثقافة، والعلوم، والفنون والآداب).

٢ - ضرورة انفتاح المدرسة على المجتمع بشكل تربوى، مستهدفة فى ذلك أهداف التكامل والاندماج بين المؤسسات التعليمية والهيئات الرياضية والمؤسسات الاجتماعية، وذلك من أجل إكساب أفراد المجتمع اللياقة الشاملة، وأصول الترويح، وإشباع الحاجة للحركة واللعب، واستثمار وقت الفراغ، وزيادة حجم الممارسة الرياضية، واكتشاف المواهب الرياضية.

٣ - تكوين الاتجاهات الإيجابية لدى المتعلمين نحو المناشط الرياضية من خلال درس التربية الرياضية والمناشط الترفيهية خارج الجدول الدراسى، والمهرجانات والاحتفالات، والعروض الرياضية والرحلات والمعسكرات، ومناشط الخلاء والتربية الكشفية والمرشدات.

٤ - تنظيم دورات صقل وإعداد لمدرسى ومدرسات التربية الرياضية لاستيعاب المدخلات الجديدة (إبداعية وابتكارية) فى مجال الرياضة للجميع، والتركيز على مناشط تتميز بكونها مستمرة ومعمرة.

٥ ـ دعم وتنمية التربية الحركية فى رياض الأطفال من أجل دورها الوقائى والبنائى والعلاجى فى تربية الطفل ولمواجهة نقص ساحات اللعب.

٦ ـ تأكيد دور المدرسة كمركز لخدمة المجتمع فى مجال الرياضة الترويحية للجميع، وذلك لامتلاك المدرسة للإمكانات المادية (الملاعب والصالات والأدوات)، والبشرية (المدرسين، ومدرسى التربية الرياضية وإدارة المدرسة).

٧ ـ تأكيد إلزامية التربية الرياضية فى جميع المراحل التعليمية ضمانًا لتكامل العملية التربوية.

٨ ـ الواجب التعليمى هو محاربة الأمية الرياضية بالقدر الذى تحارب بها الأمية التعليمية.

٩ ـ إصدار القرارات اللازمة للحد من إقامة المبانى والفصول الدراسية فى الأفنية والملاعب الرياضية بالمدرسة.

سادسًا : فى مجال إعداد القيادات: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ ـ إعداد وتأهيل قيادات مهنية كما وكيفا عن طريق تنظيم دورات متخصصة (قصيرة، متوسطة، طويلة الأجل) فى مجال الرياضة للجميع محليًا، ومن خلال البعثات التدريبية إلى الدول العربية والأجنبية ذات التجربة المتقدمة فى مجال الرياضة للجميع.

٢ ـ الاستعانة بالعاملين المتطوعين فى العمل مع النشء والشباب وكبار السن والمعوقين وتدريبهم وصقلهم من خلال دورات تدريبية مع وضع حوافز مادية وأدبية لجذبهم للعمل ودفعهم للاستمرار فى النهوض بالمسئوليات الملقاة على عاتقهم.

٣ ـ الاستفادة من برامج تدريب القيادات فى مجال الرياضة للجميع التى تنظمها الهيئات والمنظمات الدولية:

- صندوق التضامن الأولمبى.
- الاتحاد الدولى للرياضة للجميع.

- الجمعية الدولية للرياضة للجميع.

- منظمة اليونسكو.

٤ - إعداد وتأهيل القيادات المهنية المتخصصة فى مجال رياضة المعوقين من خلال التنسيق بين وزارة التربية والتعليم ووزارة العمل والشئون الاجتماعية، والمؤسسة العامة للشباب والرياضة، والجامعة.

سابعا : فى مجال الإعلام: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ - التنسيق بين المؤسسات الرياضية الحكومية والأهلية وبين وسائل الإعلام لنشر الثقافة الرياضية فى محيط أبناء الوطن ونشر الوعى بأهمية ممارسة الرياضة للجميع وذلك من خلال:

- تخصيص برامج للتمرينات الرياضية فى الإذاعة والتليفزيون.

- التثقيف الرياضى عن طريق عرض أفلام رياضية عن تجارب الدول المتقدمة فى الرياضة للجميع.

- استثارة وعى المواطنين نحو الرياضة للجميع وأثرها على صحة الفرد.

٢ - التنسيق والتعاون بين المؤسسة العامة للشباب والرياضة ووزارة الإعلام من أجل إعداد المتخصصين الإعلاميين فى المجال الرياضى.

٣ - زيادة حجم المساحات المخصصة للثقافة الرياضية فى وسائل الإعلام مع التركيز على المضمون العلمى والتربوى للمواد الإعلامية الرياضية.

٤ - وضع برامج رياضية نموذجية فى مجال الرياضة للجميع يتم إنتاجها بمختلف الوسائل الإعلامية المقروءة والمسموعة والمرئية لتشجيع واستثارة الدافعية نحو ممارسة الرياضة بالتعاون والتنسيق بين وسائل الإعلام ومؤسسات التعليم والشباب والصحة والطب الرياضى.

٥ - حث وسائل الإعلام على تعزيز القيم الإنسانية والأخلاقية لبرامج

الرياضة للجميع ودورها فى استثمار أوقات الفراغ بغية مواجهة التأثيرات الضارة الناتجة عن التقدم المادى فى مظاهر الحضارة الحديثة والتصدى للانحرافات السلوكية فى المجتمع.

٦ - القيام بحملة إعلامية شعبية لمحو الأمية الرياضية تتضمن إعلانات ومهرجانات واحتفالات وفعاليات رياضية يشترك فى تنظيمها القطاع الحكومى والأهلى والمؤسسات والشركات.

٧ - تنظيم ندوات ومحاضرات لتكثيف الإعلام والاتصال بين رجال الدين والثقافة والفكر والصحة والرياضة لتوضيح العلاقة بين الرياضة وتلك المجالات.

٨ - إصدار المجلات والكتيبات والملصقات المدعمة لتكوين الاتجاهات الإيجابية للممارسة الرياضية ونشر المفاهيم العلمية والصحية للرياضة.

٩ - التركيز الخاص على البرامج التليفزيونية للرياضة للجميع باعتبار التليفزيون وسيلة إعلامية ذات إمكانات مميزة، ويمكنها أن تغزو كل بيت وهو محور الترفيه لكل أفراد الأسرة والمجتمع (الأمى والمتعلم، والصغير والكبير، على مستوى الجنسين)، كما أنه وسيلة إعلامية تربوية يمكن التحكم فيها لأنها تحت سيطرة مؤسسة إعلامية رسمية.

ثامنًا : فى مجال التعاون والتنسيق: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ - تنمية الاتصالات الثقافية والرياضية مع الدول المتقدمة فى مجال الرياضة للجميع من أجل الاستفادة من خبرات وكفاءات تلك الدول فى مجال البرامج وابتعاث القيادات والاستفادة من المحاضرين والخبراء.

٢ - إنشاء بنك للمعلومات للاستفادة منه فى تخزين البيانات الخاصة بحركة الرياضة للجميع على المستوى المحلى والخارجى، والتشاور والتبادل فى المعلومات والبيانات والدارسات والبحوث مع الدول المتقدمة فى مجال الرياضة للجميع.

٣ - إعداد صيغ للتعاون والتنسيق بين الهيئات الحكومية والأهلية والمؤسسات والشركات للاستفادة والاستغلال الأمثل لاستخدام المنشآت والملاعب الرياضية لتنفيذ برامج الرياضة للجميع لكل فئات المجتمع.

تاسعًا : فى مجال الدراسات والبحوث: وقد تضمن التوصيات التالية:

١ - إجراء الدراسات والبحوث والتقصى حول أفضل السبل لزيادة عدد الممارسين للنشاط الرياضى الحر من جميع الفئات العمرية والتخصصات الوظيفية والفئات الخاصة من المعوقين وكبار السن لكلا الجنسين فى المجتمع البحرينى، وذلك تبعًا للظروف المناخية والعادات والتقاليد وفى ضوء الإمكانات المتاحة.

٢ - إجراء الدراسات المسحية التقويمية على مستويات النمو البدنى واللياقة البدنية وحالة القوام للتعرف على مواطن الضعف وعلاجها والتعرف على مواطن القوة وتنميتها وتطويرها.

٣ - الاعتماد على البحث العلمى كوسيلة علمية فعالة لدراسة العلاقة بين المناشط الرياضية وكل من: الصحة، والوقاية من الأمراض، وصحة البيئة، وتخطيط المدن، والنواحى النفسية، والتفوق الدراسى، والاقتصاد، واستثمار أوقات الفراغ.

٤ - إجراء الدراسات والبحوث للتعرف على الحد الأدنى للملاعب والمنشآت الرياضية الواجب توفرها لتنفيذ برامج الرياضة للجميع.

٥ - ضرورة التأكد من استثمار إمكانات البحوث والدراسات فى مجال الطب الرياضى والتدريب الرياضى لاكتشاف المواهب الرياضية من القاعدة العريضة الممارسة لبرامج الرياضة للجميع.

٦ - إجراء الدراسات والبحوث للتعرف على المشكلات التى تواجه حركة الرياضة للجميع ووضع الحلول لتطويرها ودعمها وتنميتها.

٧ - العمل على إجراء الدراسات واللقاءات العلمية بين المتخصصين والعاملين فى مجال الرياضة للجميع بهدف تخفيف الفجوة وطول المسافة بين النظرية والتطبيق فى مجال الرياضة للجميع.

عاشرًا : توصيات عامة: وقد شملت ما يلى:

١ - ضرورة اهتمام الدولة من خلال مؤسساتها الحكومية والأهلية بالرياضة للجميع ورعايتها ودعمها وتنميتها بناء على الإيمان بالفوائد التنموية والحضارية والاجتماعية والاقتصادية والسياسية التى تتحقق عن طريقتها.

٢ - العمل على تنمية الثقافة والإدراك العلمى للرياضة للجميع وأهميتها فى حياة الأفراد مما يشجعهم على ممارستها بدافع ذاتى.

٣ - وضع الرياضة فى موقعها المناسب من خطة التنمية العامة للدولة نظير دورها التربوى والصحى والنفسى والاجتماعى والاقتصادى والإنتاجى، وفى علاقات التعاون بين الدول والشعوب من أجل التفاهم والمحبة والسلام.

٤ - تعميم شارات التفوق الرياضى التى تسمح لكل مواطن بالتقدم للحصول عليها إذا حقق مستويات رياضية معينة على أن تطبق فى جميع المراحل السنية لكلا الجنسين.

٥ - تعميم نظام البطاقات الرياضية لكل طفل بحيث تصاحبه فى جميع مراحله السنية، وتسجل فيها جميع البيانات الخاصة، والقياسات الجسمية، والفسيولوجية، والقدرات البدنية، والمهارات الحركية، وهواياته الرياضية.

٦ - إتاحة فرص الممارسة لمناشط الرياضة للجميع مع التركيز على أولويات بعض الألعاب المختلفة التى تتفق وظروف وحاجات وإمكانات اللاعبين، بدلا من التوسع فى ألعاب لا يسمح الوقت ولا المال ولا الإمكانات بممارستها والتفوق فيها.

٧ - بناء خطة التربية الرياضية على أسس علمية مدروسة وبصورة متكاملة وشاملة من خلال التعاون والتنسيق بين وزارة التربية والتعليم، والمؤسسة العامة للشباب والرياضة والجامعة فيما يخص بناء القاعدة العريضة من الممارسين، وإعداد القادة التربويين، والاستفادة من المنشآت والملاعب والصالات.

٨ - وضع أنظمة وقواعد للسلامة والوقاية والعلاج من الإصابات والحوادث فى المجال الرياضى بالتعاون بين وزارة الصحة والمؤسسة العامة للشباب والجمعيات والمستشفيات.

٩ - إحياء وتدعيم الألعاب والرياضات الشعبية المرتبطة بالتراث والتاريخ والأصالة العربية والإسلامية (السباحة والرماية وركوب الخيل).

١٠ - تنظيم العروض الرياضية الجماعية وما يرتبط منها بالتراث الوطنى على أن تكون فى قوالب حديثة ومبتكرة.

١١ - تشجيع الشخصيات السياسية والاجتماعية والفنية ورجال الدين والأبطال والنجوم الرياضيين على ممارسة الرياضة حتى يكونوا قدوة لبقية أفراد المجتمع.

الرياضة للجميع فى الكويت

تهتم الهيئة العامة للشباب والرياضة بدولة الكويت بالرياضة للجميع من منطلق أن الرياضة قد أصبحت فى عالمنا المعاصر مطلبًا لكل إنسان حتى يستطيع من خلالها أن يجدد من نشاطه البدنى والعقلى بغض النظر عن عامل السن أو الجنس. ولذا فإنها تعمل على دعم برامج الرياضة للجميع وتطويرها وتوفير كافة الوسائل التى من شأنها الرقى بهذا النوع من الرياضة لتواكب التطور الهائل والاهتمام المتزايد الذى يوليه العالم لتحقيق مفهوم الرياضة للجميع بكل أبعاده، ولإتاحة الفرصة لكل أفراد المجتمع لممارسة النشاط الرياضى فى جو من الحرية والمتعة.

ولقد أنشأت الهيئة العامة للشباب والرياضة إدارة للرياضة للجميع وذلك فى ١/٧/١٩٩٣، وفيما يلى توضيح لأهم أهداف واختصاصات تلك الإدارة:

١- وضع الخطط والبرامج التى تحقق أهداف الرياضة للجميع.

٢- وضع الأسس والمبادئ لتنظيم شئون الرياضة للجميع فى دولة الكويت.

٣- تنظيم البحوث والدراسات المختلفة وعقد المؤتمرات لبحث الأمور المتعلقة بالرياضة للجميع ومشكلاتها واعداد مراكز التدريب.

٤- الاشراف ومتابعة تنفيذ برامج الرياضة للجميع فى دولة الكويت وتقويمها مرحليا.

٥- التنسيق مع الجهات المختلفة فى إنشاء مراكز خاصة بالرياضة للجميع، كالملاعب الرياضية النموذجية المفتوحة بالساحات الشعبية، محطات نموذجية لتمرينات اللياقة البدنية، ممرات المشى، وذلك بمحافظات دولة الكويت.

وفيما يلى توضيح لأهم أقسام ادارة الرياضة للجميع وكذلك أهم اختصاصاتها، وهى:

أ- قسم أنشطة الوزارات والمؤسسات الحكومية: ويتولى الاختصاصات التالية:

١- وضع الخطط والبرامج الخاصة بالمناشط الرياضية فى الوزارات والمؤسسات الحكومية المختلفة.

٢- الاشراف على تنفيذ البرامج بالمناشط الرياضية للوزارات والمؤسسات الحكومية.

٣- استخدام كافة الوسائل اللازمة لنشر الوعى باهمية ممارسة الرياضة بالنسبة للعاملين.

٤- التنسيق بين جهود وامكانيات ومنشأت ومرافق كافة الوزارات والمؤسسات الحكومية المتعلقة بالرياضة بهدف اشراك اكبر عدد ممكن من العاملين فى هذه المناشط.

ب- قسم الأنشطة العامة: ويتولى الاختصاصات التالية:

١- استخدام كافة الوسائل اللازمة لنشر الوعى بمناشط الرياضة للجميع وضرورة ممارستها من أجل المحافظة على اكتساب اللياقة البدنية والصحية.

٢- اعداد برامج الرياضة للجميع وتطبيقها بالتعاون مع المؤسسات المعنية بالشئون الرياضية والترويحية والصحية واستثمار أوقات الفراغ.

٣- التنسيق بين جهود وامكانات ومنشآت ومرافق كافة الوزارات والمؤسسات المتصلة بالرياضة للجميع بهدف اشراك أكبر عدد ممكن من افراد المجتمع من الجنسين بجميع مراحله العمرية من فئات الاصحاء والفئات الخاصة فى مناشط وبرامج الرياضة للجميع واستخدام الامكانات المتاحة أفضل استخدام.

٤- اقتراح اجراء البحوث والدراسات اللازمة بمجالات الرياضة للجميع بما يسهم فى تطويرها وتقويم أعمالها.

٥- اقتراح الخطط والبرامج الخاصة باعداد القادة فى مجال الرياضة للجميع ومتابعة تنفيذ هذه الخطط.

٦- احياء الساحات الشعبية والألعاب والرياضات الشعبية وتشجيع افراد المجتمع على ممارستها.

ومن أهم انجازات إدارة الرياضة للجميع فى دولة الكويت، مايلى:

- تشكيل اللجان الفرعية للرياضة للجميع ووضع مخطط للعمل.
- تبنى مفهوما محليا للرياضة للجميع.
- فتح مراكز الرياضة للجميع خاصة بالرجال وبالسيدات.
- تقويم لمراكز اللياقة البدنية بالكويت.
- بحث طبيعة المجتمع الكويتى وحاجاته لمناشط الرياضة للجميع.

- التواصل مع وسائل الإعلام من أجل خدمة الرياضة للجميع.
- بدء خطط اعداد وتأهيل قيادات الرياضة للجميع.
- فتح قنوات اتصال عربية ودولية مع المنظمات والهيئات المختلفة العاملة فى مجال الرياضة للجميع.
- انشاء ملاعب رياضية نموذجية مفتوحة بالساحات الشعبية بمناطق الكويت.
- تشكيل اللجنة الرياضية العليا للوزارت والمؤسسات الحكومية.
- نشر المعلومات الصحيحة حول الممارسة الرياضية من خلال طباعة وتوزيع الكتيبات والملصقات المختلفة، لتوجيه نظرة المجتمع نحو حركة الرياضة للجميع.
- اقامة البطولات والمهرجانات المفتوحة للمناشط الرياضية والترويحية والصحية فى الشواطئ، الحدائق العامة المزروعة والمنتزهات، الساحات الشعبية، المقاهى الشعبية، ديوانيات المناطق، وذلك بهدف اجتذاب وتشجيع افراد المجتمع على ممارسة الرياضة للجميع.
- اقامة الندوات والمحاضرات وذلك بهدف توعية أفراد المجتمع بأهمية ممارسة الرياضة للجميع وتعريفهم بها لما لها من مردود معنوى وعقلى وبدنى على الفرد.

ومن أهم المهرجانات والبطولات والمشروعات التى نظمتها الهيئة العامة للشباب والرياضة ـ إدارة الرياضة للجميع ـ وذلك خلال الفترة من ١/٧/١٩٩٤ إلى ٣٠/٦/١٩٩٥، مايلى:

- بطولة الكرة الطائرة الشاطئية المفتوحة للرجال، وذلك بهدف الاهتمام بالمواطنين والمقيمين ومنحهم الفرص لقضاء أوقات فراغهم بما يعود عليهم بالنفع تحت شعار (الرياضة للجميع). ولقد شارك فى هذه البطولة (٣٢) فريقا يمثلهم (١٩٢) لاعبا بواقع (٦) لاعبين بكل فريق.

- مشروع اعداد وطباعة بوستر للمشى، وذلك بهدف نشر المعلومات الصحيحة حول الممارسة الرياضية وعلى أوسع نطاق ممكن يستهدف من ورائه توعية المواطنين والمقيمين بأهمية وضرورة ممارسة الرياضة.
- بطولة الكرة الطائرة للحدائق العامة وذلك للرجال، بهدف اتاحة الفرصة للشباب الرياضى لممارسة المناشط الرياضية المختلفة، ولقد شارك فى هذه البطولة (١٠٢) لاعبا يمثلون (١٧) فريقا.
- بطولة الساحة الشعبية لكرة القدم، وذلك بهدف احياء دور الساحات الشعبية الكويتية وتشجيع المواطنين على ممارسة الرياضة ضمن برامج الرياضة للجميع، ولقد شارك فى هذه البطولة (٢١) فريقا يمثلهم (٢١٠) لاعبا.
- مشروع الدورة التدريبية المحلية الأولى لاعداد القيادات النسائية فى مجال الرياضة للجميع، بدولة الكويت، وذلك لتزويد العاملات بالرياضة للجميع بخبرات جديدة ومعلومات وبرامج حديثة تساعدهم على تطوير عملهم وتحقيق المزيد من الفائدة لهن، ولقد شارك فى هذا المشروع (٢٤) من القيادات النسائية.
- مهرجان الاحتفال باليوم العائلى لمنطقة كيفان وذلك بهدف تأكيد روابط الصداقة بين المواطنين والمقيمين ونشر الوعى الرياضى واستثمار أوقات الفراغ، ولقد شارك فى هذا المهرجان (١٥٠) شخصا من الأمهات والأطفال فى العديد من المسابقات الترويحية.
- المهرجان الرياضى الثانى لمنطقة مشرف وقد تضمن سباق المشى والجرى الرياضى للرجال، والمهرجان الرياضى للنساء، وذلك بهدف تحقيق الترابط والتعاون بين الجمعيات التعاونية وإهالى المنطقة، وتنمية رياضة المشى والجرى بين أوساط المجتمع الكويتى، واتاحة الفرصة لأكبر عدد من الممارسين لهذه الرياضة لاستثمار أوقات فراغهم. ولقد شارك فى

هذا المهرجان الرياضى (٨٩) متسابقا فى سباق المشى ومسافته (٥) كيلو متر لمن هم فوق سن (٤٠)، وفى سباق الجرى ومسافته (٧,٧٠٠) كيلو متر لمن هم من سن (٢٠-٣٠) ومن سن (٣١-٤٠).

- اليوم العائلى المفتوح لموظفى الهيئة العامة للشباب والرياضة وعائلاتهم، وذلك بهدف تدعيم العلاقات الاجتماعية والأسرية بين عائلات موظفى الهيئة العامة للشباب والرياضة. ولقد شارك فى هذا المشروع (٢٢٠) شخصا.
- البطولة الرمضانية لكرة القدم للساحات الشعبية. وذلك بهدف رفع مستوى الألعاب الرياضية وتوفير الفرصة أمام الهواة لممارسة هوايتهم المفضلة فى جو تنافسى شريف. ولقد شارك فى هذه البطولة (٣٢) فريقا يمثلهم (٣٢٠) لاعبا.
- يوم المشى الرياضى الثانى برعاية بنك الكويت الوطنى بالتنسيق مع ادارة الرياضة للجميع، وذلك بهدف اتاحة الفرص لأكبر عدد من الأفراد فى كافة الأعمار ولكلا الجنسين لممارسة الرياضة ونشر رياضة المشى والعناية بها فى مختلف القطاعات. ولقد شارك فى هذا المشروع (٧١١) متسابقا من الجنسين، وكانت مسافته (٨) كيلو متر.
- البطولة المفتوحة للكرة الطائرة الشاطئية للرجال بمناسبة اليوم العربى للرياضة للجميع، وذلك بهدف استثمار أوقات فراغ الشباب فيما يعود عليهم بالنفع من الناحية البدنية والنفسية. ولقد شارك فيها (١٨٦) لاعبا يمثلون (٣٠) فريقا.
- احتفالات مراكز الرياضة للجميع للنساء باليوم العربى للرياضة للجميع، وذلك بهدف توثيق روح الاخوة وترابط العلاقات الاجتماعية بين الأهالى والعضوات والعاملات فى المراكز النسائية. ولقد شارك فى هذه الاحتفالات (٢٥٠) من السيدات فى المناشط التالية: الكرة الطائرة، كرة

السلة، الريشة الطائرة، تنس الطاولة، الجرى، المشى، اللياقة البدنية، الألعاب الترويحية.

- سباق المشى لمنطقة الدعية، وذلك بهدف تدعيم العلاقات الاجتماعية والأسرية البناءة وربط الصداقة بين مختلف الأفراد داخل المنطقة وتنمية رياضة المشى. ولقد شارك فى هذا السباق (٣٥٠) متسابقا بواقع (٢٢٠) متسابقا تحت سن (٣٥) وبواقع (١٣٠) متسابقا فوق سن (٣٥) عاما.
- اليوم الرياضى المفتوح لموظفى البنك التجارى وعائلاتهم بمناسبة اليوم العربى للرياضة للجميع، وذلك بهدف تحقيق الترابط والتعاون بين العائلات والعمل على توفير جو ترفيهى للأطفال والكبار وايضاح مفهوم الرياضة للجميع عن طريق تنفيذ برامجها. ولقد شارك (٥٠٠) من الرجال والنساء والأطفال فى العديد من المسابقات الترويحية التى أقيمت فى هذا اليوم الرياضى.
- اليوم العائلى المفتوح لموظفى الهيئة العامة للشباب والرياضة ونادى تكساكو الرياضى، وذلك بهدف توثيق مبادئ الأخوة والتعاون وتأكيد روابط الود والصداقة بين العاملين بالهيئة واسرهم واستثمار أوقات فراغهم. ولقد بلغ عدد المشاركين فى هذا المشروع (٢٠٠) شخص من الرجال والنساء والأطفال فى المسابقات الرياضية والترويحية.
- سباق المشى والجرى للرجال والنساء برعاية لجنة التوعية والتدريب بوزارة الصحة مع ادارة الرياضة للجميع بالهيئة، وذلك بهدف نشر التوعية الصحية بين أفراد المجتمع للوقاية من الأمراض المتعلقة بالغذاء والوقاية من الأمراض كالسمنة وأمراض القلب. ولقد شارك (٤٥٠) متسابقا من الرجال والسيدات فى هذا السباق* وذلك على النحو التالى:
  - الجرى للرجال من (١٨ ـ ٢٩) سنة.
  - الجرى للرجال من (٣٠- ٤٠) سنة.

* مسابقة السباق (٧) كيلو مترات.

- المشى للرجال من فوق (٤٠) سنة.
- المشى للسيدات من (١٨- ٢٩) سنة.
- المشى للسيدات من فوق (٣٠) سنة.

- سباق المشى والجرى للرجال برعاية جمعية الدسمة وبنيد القار التعاونية بالتنسيق مع ادارة الرياضة للجميع، وذلك بهدف تحقيق الترابط والتعاون بين الجمعيات التعاونية والهيئة العامة للشباب والرياضة، واستثمار أوقات الفراغ لدى المواطنين والمقيمين بما يعود عليهم بالنفع العام تحت شعار «الرياضة للجميع». ولقد شارك فى سباق الجرى (٣٢٠) متسابقا من الرجال منهم (١٧٠) شاركوا فى الجرى من دون الثلاثين سنة، (٣٠) متسابقا من فوق سن (٣٠) فأكثر. بينما شارك فى سباق المشى (٥٠) متسابقا من سن (٢٦-٣٥) سنة وكذلك (٧٠) متسابقا من فوق سن (٣٥) سنة.

ومن أهم مناشط الرياضة للجميع التى قامت الهيئة العامة للشباب والرياضة ـ إدارة الرياضة للجميع ـ بتنظيمها خلال عام (١٩٩٥-١٩٩٦) مايلى:

- سباق المشى الأول لأهالى منطقة الدعية، ولقد شارك فيه (٣٥٠) متسابقا من تحت سن (٣٥) عاما للفئة الأولى، ومن فوق سن (٣٥) عاما فأكثر للفئة الثانية.
- اليوم الرياضى المفتوح لموظفى البنك التجارى الكويتى وعائلاتهم، ولقد شارك فيه (٣٥٠) متسابقا من جميع المراحل السنية من الرجال والنساء والأطفال.
- اليوم العائلى المفتوح لموظفى الهيئة العامة للشباب والرياضة ونادى تكساكو الرياضى، ولقد شارك فيه (٢٠٠) شخص من جميع المراحل السنية من الرجال والنساء والأطفال.
- سباق المشى والجرى للرجال والنساء برعاية لجنة التوعية والتدريب

بوزارة الصحة، ولقد شارك فيه (٤٥٠) متسابقا من كل من الرجال والنساء من فوق سن (١٨) عاما.

- البطولة المفتوحة للألعاب المائية للرجال، ولقد شارك فيها (١٠٥) سباحا من فوق سن (٥) سنوات.
- بطولة المرحوم محمد عبدالمحسن الخرافى لأختراق الضاحية، ولقد شارك فيها (٥٥٠) متسابقا من عمر (١٥) سنة فأكثر.
- سباق المشى والجرى برعاية جمعية الدسمة وبنيد القار التعاونية، ولقد شارك فيه (٣٢٠) متسابقا من فوق عمر (٥) سنوات.
- بطولة كرة القدم تحت شعار «لا للمخدرات، نعم للأنشطة الشبابية»، ولقد شارك فيها (٣٥٠) لاعبا.
- سباق الجرى للرجال برعاية جمعية الدسمة وبنيد القار التعاونية، ولقد شارك فيه (٢١٤) متسابقا من فوق سن (١٠) سنوات.

وكذلك فإن اللجنة الرياضية العليا للوزارات والمؤسسات الحكومية منذ تشكيلها بتاريخ ١٩٩٥/٦/٢٨ بقرار رقم (٣٠٧) الصادر من المدير العام للهيئة العامة للشباب والرياضة تهتم بالقيام بالعديد من المناشط الرياضية للوزارات والمؤسسات الحكومية، والمساهمة فى تحقيق الأهداف التى من شأنها اشتراك أكبر عدد ممكن من العاملين بهذه المناشط، والعمل على رفع مستواهم البدنى والصحى.

ولقد قامت اللجنة الرياضية العليا بالتعاون التام مع جميع الوزارات والمؤسسات الحكومية والاتحادات والأندية الرياضية ووسائل الاعلام (الاذاعة والتليفزيون والصحافة) بتنظيم العديد من البطولات والمناشط الرياضية. ومن أهم تلك المناشط التى تم تنظيمها وتنفيذها فى عام (١٩٩٥-١٩٩٦) مايلى:

- دورى كرة القدم الرابع والعشرون، ولقد شارك فيه (٢٦) فريقا.
- البطولة الرمضانية الأولى لسباعيات كرة القدم، ولقد شارك فيها (٢٠) فريقا.

- البطولة الثالثة لكرة الطاولة، ولقد شارك فيها (١٥) فريقا.
- بطولة الأسكواش الرابعة للرجال (الفردى)، ولقد شارك فيها (٤٠) لاعبا، بينما شاركت (١٠) فرق فى بطولة الفرق.
- البطولة الثالثة للتنس للرجال، ولقد شارك فيها (١٠) فرق.
- الدورى الثانى لكرة اليد، ولقد شاركت فيه (٦) فرق.
- البطولة الخامسة لكأس الشهيد فهد الأحمد لكرة القدم، ولقد شارك فيها (٢٠) فريقا.
- الدورى الثالث للكرة الطائرة، ولقد شارك فيه (١٢) فريقا.
- بطولة كأس الكرة الطائرة الثالثة، ولقد شارك فيه (٩) فرق.
- الدورى الخامس لكرة السلة، ولقد شارك فيه (١٠) فرق.
- البطولة الثانية لاختراق الضاحية، ولقد شارك فيه (١٢) فريقا.

كما تهتم إدارة الرياضة للجميع بتوفير العديد من المناشط الرياضية حتى يمكن للمواطنين من ممارستها، ومن أهم تلك المناشط ما يلى:

- المشى باعتباره من الرياضات المفضلة لدى جميع الفئات العمرية والتى يمكن استمرار ممارستها مدى الحياة، إلى جانب أن المشى يمكن ممارسته فى كل مكان وزمان وعلى مدار العام ولا تحتاج مزاولته إلى إمكانات خاصة، كما يمكن ممارسته بشكل فردى أو جماعى.
- الهرولة باعتبارها من الرياضات المفضلة كالمشى لدى جميع المراحل العمرية، كما تجنب الفرد التعرض للإصابة التى قد تلحق به فى أثناء الجرى.
- السباحة باعتبارها من الرياضات التى تناسب صغار وكبار السن وكذلك تناسب الأفراد الذين يعانون من مشاكل فى الوزن أو فى العمود الفقرى أو فى المفاصل، إلى جانب أنها تناسب السيدات الحوامل.
- ركوب الدراجة باعتباره من المناشط والهوايات المفضلة لدى الأفراد فى

المراحل العمرية المختلفة وخاصة لدى كبار السن من ذوى الوزن الزائد أو المصابين بأحد أمراض القلب.

- التمرينات الخفيفة باعتبارها من المناشط البدنية التى تهتم بتحسين وتنمية قوام الفرد الذى يقوم بأدائها وبالمحافظة على وزنه.
- الوثب بالحبل باعتباره من المناشط التى تفيد القلب وترفع من كفاءة الجهازين الدورى والتنفسى.

ومن جانب آخر تهتم إدارة الرياضة للجميع بتوفير أماكن ممارسة المواطنين لتلك المناشط وذلك من خلال اهتمامها بتوفير مراكز الشباب فى العديد من أحياء الكويت كمراكز الشباب فى الشامية، الفيحاء القادسية، الدعية، السالمية، الصباحية، الجهراء... وفى الحدائق العامة كما فى حدائق جمال عبد الناصر، الرميثية، الشعب... وفى الأندية الرياضية كما فى أندية العربى الرياضى، القادسية الرياضى، السالمية الرياضى، الكويت الرياضى، اليرموك الرياضى، نادى الصليبخات... وفى الساحات الرياضية فى المناطق السكنية كالواجهة البحرية، الجابرية، مشرف، بيان، اليرموك، قرطبة.

كما تولى الهيئة العامة للشباب والرياضة بدولة الكويت أهمية لتنفيذ مشروع الساحات الشعبية وذلك منذ عام (١٩٩٣) حيث تم انشاء (٢٩) ساحة بها ملاعب لكل من كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، كرة اليد، التنس، إلى جانب توفير اماكن لممارسة تنس الطاولة وبعض الألعاب الترفيهية والشعبية، بغرض إتاحة الفرصة للمواطنين لممارسة المناشط الرياضية، ولتشجيع جميع افراد المجتمع بمختلف مراحلهم السنية لممارسة الرياضة للجميع.

ومن أهم أهداف الساحات الشعبية (النموذجية) ما يلى:

- استثمار أوقات فراغ الشباب.
- صقل وتنمية مواهب العنصر الشبابى.

- حث وتشجيع أفراد المجتمع على ممارسة الرياضة.
- خدمة أهالى المنطقة لكونها قريبة من أماكن سكنهم.
- تعُد بقعة تجميلية فى الوطن إلى جانب كونها خطوة اجتماعية تسهم فى تقوية الروابط بين أفراد المجتمع.

ومن أهم المناشط التى تمارس بهذه الساحات: كرة القدم، كرة السلة، الكرة الطائرة، الألعاب الترويحية، والألعاب الشعبية، إلى جانب تنظيم اللقاءات والبطولات والمهرجانات الرياضية والاجتماعية.

كما تهتم الهيئة باعداد مراكز للرياضة للجميع للنساء بمدارس وزارة التربية. ولقد بلغ عدد المترددات على المراكز الرياضية النسائية (٢٢٢١٣) وذلك خلال الفترة من سبتمبر (١٩٩٥) إلى مايو (١٩٩٦). ويتضمن البرنامج التدريبى اليومى لتلك المراكز أهم المناشط التالية: ممارسة حرة للمناشط المختلفة، التمرينات الحديثة، المشى، الجرى، تدريبات للياقة البدنية وللاسترخاء، التدريب على المهارات للألعاب المختلفة، مسابقات مختلفة على المهارات، مناشط ترويحية.

ومن أهم أهداف وخدمات مراكز الرياضة للجميع للنساء ما يلى:

- مزاولة النساء للمناشط الرياضية المختلفة.
- الارتقاء بمستوى اللياقة البدنية للنساء.
- تهيئة الوسائل وتيسير السبل لاستثمار أوقات الفراغ.
- إيضاح مفهوم الرياضة للجميع.
- صقل وتنمية المواهب.
- التدريب على المهارات الأساسية فى الألعاب الفردية والجماعية.
- توفير تمرينات تحسين القوام والتمرينات الهوائية (الأيروبك) Aerobic.
- توفير تمرينات اللياقة البدنية مثل المشى والجرى.

- عرض أفلام تعليمية وعروض سينمائية وفيديو لمناشط الرياضة للجميع.
- تنظيم المسابقات والمهرجانات الرياضية والثقافية والاجتماعية والصحية والترويحية للكبار والصغار.
- تنظيم المعارض الخيرية لعرض هوايات ومنتجات المرأة الكويتية.

وكذلك تم خلال العام (١٩٩٥- ١٩٩٦) تنظيم العديد من البطولات العامة الأولى لمراكز الرياضة للجميع للنساء، حيث تم تنظيم بطولة كرة السلة، بطولة الكرة الطائرة، بطولة كرة تنس الطاولة، بطولة المشى، بطولة الجرى.

ومن أهم الخطط المستقبلية للرياضة للجميع فى دولة الكويت، مايلى:
- تكثيف وسائل الوعى بأهمية ممارسة الرياضة.
- تنظيم الندوات ومحاضرات دروية عن الرياضة للجميع فى المناطق السكنية المختلفة.
- التنسيق مع الهيئة العامة لشئون الزراعة والثروة السمكية لاستغلال بعض الساحات التى لايمكن زراعتها والموجودة بالحدائق التابعة لها وذلك بغرض اقامة الملاعب الرياضية عليها.
- الاستفادة من الحدائق العامة المزروعة التابعة للهيئة العامة لشئون الزراعة والثروة السمكية لاقامة عليها محطات لتمرينات اللياقة البدنية وتزويدها بوسائل الألعاب الترفيهية.
- انشاء الملاعب الرياضية النموذجية بالساحات الشعبية عن طريق توفير كامل احتياجاتها ومستلزماتها الفنية مثل زراعتها وانارتها وتشجيرها والاشراف عليها من قبل الأهالى والجمعيات التعاونية.
- تنظيم مهرجانات خاصة بالرياضة للجميع فى المرافق العامة والأندية الرياضية والحدائق العامة.

- ايجاد تمويل خارجى لأنشطة الادارة.
- التعاون مع الهيئات والمؤسسات الحكومية والأهلية لنشر البرامج المختلفة للرياضة.

وفى دراسة أجرتها عادلة مطر عن بعض المشكلات التى تعوق ممارسة المرأة للرياضة بدولة الكويت، على عينة مكونة من (٥٠٠) مبحوث يمثلن طالبات جامعة الكويت، التربية الأساسية، مدارس وزارة التربية للمرحلة الثانوية فى جميع المناطق التعليمية بالكويت، بعض الموظفات من العاملات فى المدارس والمعاهد الخاصة وفى مؤسسة الخطوط الجوية الكويتية، بعض ربات البيوت، تراوحت أعمارهن بين (١٦ - ٥٩) سنة، أشارت نتائج الدراسة إلى أهم ما يلى:

أولا: أهم أسباب عدم ممارسة المرأة للرياضة هى وفقًا للترتيب التالى:

- قلة الإمكانات .... (٣٨,٦٠٪)
- عدم وجود أماكن خاصة لممارسة السيدات للمناشط الرياضية .... (٣٦,٦٠٪)
- معارضة الأهل .... (٢٣,٦٠٪)
- النظرة السلبية للمرأة الممارسة للنشاط الرياضى من قبل المجتمع .... (١٥,٠٠٪)
- سوء الأحوال الجوية .... (٩,٦٠٪)
- المرض .... (٤,٠٠٪)

ثانيا: أهم أسباب ممارسة المرأة للرياضة هى وفقًا للترتيب التالى:

- انقاص الوزن .... (١٨,٠٠٪)
- حب الرياضة .... (١٨,٠٠٪)

- شغل أوقات الفراغ ....(١٢,٦٠٪)
- تحسين اللياقة البدنية ....(١٢,٤٠٪)
- الرشاقة ....(١١,٨٠٪)
- التسلية ....(٧,٤٠٪)
- تحسين الصحة ....(٧,٠٠٪)
- الوقاية من المرض ....(٦,٦٠٪)
- مرافقة الزميلات ....(٥,٢٠٪)

ثالثا: أهم المناشط التى ترغب المرأة فى ممارستها هى وفقًا للترتيب التالى:

- المشى ....(٦٩,٠٠٪)
- السباحة ....(٣١,٠٠٪)
- التمرينات السويدية ....(٣٠,٠٠٪)
- الألعاب الفردية ....(١١,٤٠٪)
- الجرى ....(٨,٠٠٪)
- الهرولة ....(٧,١٠٪)
- الفروسية ....(٢,٤٠٪)

رابعـــا: أهم أسباب عدم اشتراك المرأة فى الأندية الصحية فى الكويت، هى وفقًا للترتيب التالى:

- ارتفاع رسوم الاشتراك ....(٥٨,٠٠٪)
- عدم ملاءمة أوقات التدريب ....(٢٧,٠٠٪)
- معارضة الأسرة ....(١٦,٠٠٪)
- بعد المسافة بين السكن والأندية الصحية ....(١٦,٠٠٪)
- عدم الاقتناع بالمشاركة فى الأندية الصحية ....(١٣,٠٠٪)

- عدم مناسبة البرامج الرياضية للمرأة ....(٠٠, ٧٪)
- قلة الإمكانات والأجهزة الرياضية ....(٠٠, ٧٪)

خامسا: من أهم مصادر المعرفة والمعلومات المرتبطة باقتناع المرأة بأهمية الرياضة، هى وفقًا للترتيب التالى:

- نصائح الأطباء ....(٢٠, ٣٩٪)
- وسائل الإعلام (الإذاعة - التليفزيون) ....(٠٠, ٣٨٪)
- الأهل والأصدقاء ....(٠٠, ٢١٪)
- الصحف والمجلات والكتب ....(٠٠, ١٤٪)
- الندوات والدورات الرياضية والثقافية ....(٠٠, ٦٪)

سادسا: أهم مظاهر عدم الاهتمام بالرياضة النسائية فى دولة الكويت، هى وفقًا للترتيب التالى:

- عدم توفر الأندية الرياضية النسائية فى المناطق المختلفة بالكويت ....(٢٠, ٩١٪)
- ندرة البرامج الرياضية النسائية بوسائل الاعلام .....(٦٠, ٨٦٪)
- جميع اللقاءات والدورات الرياضية خاصة بفرق الرجال(٢٠, ٦٩٪)
- قلة الفرق الرياضية النسائية التى تمثل الكويت دوليا ..(٠٤٠, ٤٠٪)
- الافتقار إلى جهاز ادارى نسائى لرياضة المرأة بوزارة الشئون الاجتماعية ....(٠٠, ٣٦٪)
- أحجام المرأة عن المشاركة فى تخطيط البرامج الرياضية النسائية ....(٠٠, ٣٢٪)

وانطلاقا من النتائج التى توصلت إليها عادلة مطر من دراستها، فقد قامت بعرض التوصيات التالية:

- اقامة نادى رياضى اجتماعى نسائى فى منطقة مشرف القطعة رقم (٦)

لصالحيتها لهذا الغرض، بحث تكون نواة لإقامة أندية أخرى مماثلة فى مناطق الكويت المختلفة.

- أن تقوم وسائل الاعلام المختلفة بتوعية وتثقيف المواطنين بأهمية الرياضة ودورها الفعال فى التغلب على مشكلة وقت الفراغ.
- تخصيص برامج خاصة لرياضة المرأة فى وسائل الاعلام المختلفة.
- إقامة ندوات ثقافية للآنسات والسيدات فى جميع المؤسسات التعليمية ومراكز العمل للتوعية بأهمية ممارسة المناشط الرياضية.
- تقديم الدعم المادى للأجهزة الحكومية المسئولة عن قطاع الرياضة لإقامة أندية رياضية اجتماعية نسائية.
- توعية المواطنين للمساهمة بالجهود الذاتية فى انشاء أندية رياضية اجتماعية نسائية فى المناطق المختلفة بالكويت.
- توفير الأجهزة والأمكانات المادية والبشرية فى الأندية الرياضية المختلفة حتى تتمكن من تحقيق أهدافها.

قائمة
المراجع العلمية

١- إبراهيم قنديل: تاريخ حركة الرياضة للجميع: دراسة علمية مقدمة إلى ندوة الرياضة للجميع التى نظمها المجلس الأعلى للشباب والرياضة بالفيوم فى الفترة من ١٩ ـ ٢٠ ديسمبر ١٩٩١.

٢- الاتحاد الدولى للتربية البدنية: توصيات المؤتمر الدولى للرياضة للجميع: تونس ٢١-٢٤ فبراير ١٩٨٥م. الرياض، النشرة العربية للاتحاد الدولى للتربية البدنية، العدد (١٢) مارس ١٩٨٥.

٣- الاتحاد الدولى للرياضة للجميع: الاجتماع السابع لأعضاء مجلس الاتحاد الدولى للرياضة للجميع الذى عقد بالرياض فى الفترة من ٢٢-٢٦ يناير ١٩٩٢م، الرئاسة العامة لرعاية الشباب، إدارة الترويح والرياضة للجميع، ١٩٩٢.

٤- الرئاسة العامة لرعاية الشباب: تجربة المملكة العربية السعودية فى مجال تطبيق مفهوم الرياضة للجميع. بحث مقدم إلى الندوة العربية الثالثة «الرياضة للجميع» المنعقدة بالرياض فى الفترة من ٢٥-٢٧/ ٢/ ١٤٠٣هـ، ١٠ ـ ١٢ / ١٢ / ١٩٨٢م.

٥- المجلس الأعلى للشباب والرياضة: دليل المراكز الرياضية لكبار السن. جهاز الرياضة: الإدارة المركزية للرياضة للجميع، الإدارة العامة للاتحادات النوعية، إدارة كبار السن، القاهرة، ١٩٩٢، ١٩٩٣.

٦- ـــــــــــــــــ: الرياضة للجميع: اللوائح والتعليمات الخاصة بالمشروعات القومية التى تنفذ بالمحليات. القاهرة، الإدارة المركزية للرياضة للجميع ١٩٩٢ ـ ١٩٩٣.

٧- ـــــــــــــــــ: لائحة اللقاءات للمراكز الرياضية للمعاقين. القاهرة، الإدارة العامة للاحتفالات والبرامج الرياضية، ١٩٩٦.

٨- المجلس الأعلى للشباب والرياضة: المراكز الرياضية للمعاقين. القاهرة، الإدارة العامة للاحتفالات والبرامج الرياضية، إدارة المعاقين، ١٩٩٥ ـ ١٩٩٦م.

٩- المجلة العلمية للعلوم الاجتماعية: الرياضة ومظاهرها السياسية والاجتماعية والتربوية: تعريب عبدالحميد سلامة. ليبيا، الدار العربية للكتاب، ١٩٨٦م.

١٠- المؤسسة العامة للشباب والرياضة: اللجنة البحرينية للرياضة للجميع: التأسيس والأهداف. البحرين، إدارة الشئون الرياضية، ١٩٩٢م.

١١- الهيئة العامة للشباب والرياضة: دليل الرياضة للجميع. الكويت، إدارة الرياضة للجميع، بدون تاريخ.

١٢- ـــــــــــــــــــ: التقرير السنوى الثانى للهيئة العامة للشباب والرياضة ١٩٩٤ ـ ١٩٩٥، الكويت، إدارة الرياضة للجميع.

١٣- ـــــــــــــــــــ: التقرير الختامى للجنة الرياضية العليا للوزارات والمؤسسات الحكومية للموسم الرياضى ١٩٩٥-١٩٩٦. الكويت، إدارة الرياضة للجميع: اللجنة الرياضية للوزارات والمؤسسات الحكومية.

١٤- ـــــــــــــــــــ: إنجازات إدارة الرياضة للجميع (١٩٩٥ ـ ١٩٩٦) الكويت، إدارة الرياضة للجميع.

١٥- ـــــــــــــــــــ: التقرير السنوى للهيئة العامة للشباب والرياضة للسنة المالية ١٩٩٥- ١٩٩٦، الكويت.

١٦- ـــــــــــــــــــ: نبذة مختصرة عن إدارة الرياضة للجميع بدولة الكويت. إدارة الرياضة للجميع.

١٧- أمين أنور الخولى: الرياضة والمجتمع. عالم المعرفة، العدد (٢١٦) ديسمبر ١٩٩٦، الكويت، المجلس الوطنى للثقافة والفنون والأدب.

١٨- ايف انجلوز: نحو الرياضة الجماهيرية. المركز العالمى للدراسات وأبحاث الكتاب الأخضر، طرابلس، ١٩٨٩م.

١٩- بانوراما جمهورية المانيا الديمقراطية: الرياضة فى جمهورية المانيا الديمقراطية: معلومات من الماضى والحاضر. برلين، تسايت ام بيلد، ١٩٨٤م.

٢٠- بلحسن الأسود: إمكانية التطبيق العملى للرياضة للجميع فى المجتمع العربى. النشرة العربية للاتحاد الدولى للتربية البدنية، العدد (١٢)، مارس ١٩٨٥م، الرياض، الأمانة العامة للاتحاد الدولى للتربية البدنية.

٢١- جامعة الدول العربية: تقرير وقرارات الجمعية العمومية للاتحاد العربى للرياضة للجميع، الدورة الأولى. القاهرة فى ٢٩ ديسمبر ١٩٩٢، الأمانة الفنية لمجلس وزراء الشباب والرياضة العرب.

٢٢- جون اندوز: الأسبوع الدولى للياقة البدنية وللرياضة للجميع. النشرة العربية للاتحاد الدولى، العدد (١٢) مارس ١٩٨٥م، الرياض، الأمانة العامة للاتحاد الدولى للتربية البدنية.

٢٣- عبدالرحمن سيار: بناء استراتيجية للرياضة للجميع بدولة البحرين. دولة البحرين، المؤسسة العامة للشباب والرياضة، معهد البحرين الرياضى، أغسطس ١٩٩٥م.

٢٤- ــــــــــــــــ: وضع استراتيجية للرياضة للجميع بدولة البحرين. رسالة دكتوراه غير منشورة، جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، ١٩٩٣م.

٢٥- عدلة عيسى مطر: بعض المشكلات التى تعوق ممارسة المرأة للرياضة بدولة الكويت. المجلة العلمية للتربية البدنية والرياضة، العدد الخامس، يوليو ١٩٩٣، جامعة الإسكندرية، كلية التربية الرياضية للبنات.

٢٦- عصام الدين الدياسطى، جمال الدين الشافعى: الأنشطة الرياضية المستهدفة لشباب بعض الدول النامية: بحوث المؤتمر الدولى «الرياضة للجميع فى الدول النامية» جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، المجلد الأول، يناير ١٩٨٥.

٢٧-عصام الهلالى وآخرون: التأثير الوقائى للممارسة الرياضية وأثرها على معدلات الفاقد الإنتاجى بهيئة الشرطة: بحوث المؤتمر الدولى «الرياضة للجميع فى الدول النامية» جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، المجلد الثانى، يناير ١٩٨٥ .

٢٨- على عمر المنصورى: الرياضة للجميع. طرابلس، المنشأة الشعبية للنشر والتوزيع والإعلان، ١٩٨٠م.

٢٩- كمال درويش، محمد الحماحمى: الترويح الرياضى فى المجتمع المعاصر. مكة المكرمة، مكتبة الطالب الجامعى، ١٩٨٧م.

٣٠- ـــــــــــــــــ: رؤية عصرية للترويح وأوقات الفراغ. القاهرة، مركز الكتاب للنشر، ١٩٩٧م.

٣١- محمد إبراهيم طنطاوى: المانيا بين الأمس واليوم. القاهرة المجلس الأعلى للشباب والرياضة، قطاع إعداد القادة، ١٩٩٣م.

٣٢- محمد الحماحمى، عايدة عبد العزيز: الترويح بين النظرية والتطبيق. القاهرة، مؤسسة الأهرام، ١٩٩٣م.

٣٣- محمد الحماحمى: أصول اللعب والتربية الرياضية والرياضة. الطبعة الثانية، القاهرة، المركز العربى للنشر والتوزيع، ١٩٩٦ .

٣٤- ـــــــــــــــــ: دور وسائل الاتصال فى نشر الثقافة الرياضية ندوة الرياضة. للجميع، القاهرة، المجلس الأعلى للشباب والرياضة، الإدارة المركزية للبحوث الشبابية والرياضية، سلسلة الندوات العلمية الرياضية ١٩٩٢م.

٣٥- محمد الحماحمى: الرياضة للجميع فى ضوء الفكر الأولمبى. مؤتمر الرياضة والمبادئ الأولمبية: التراكمات والتحديات. جامعة حلوان، كلية التربية الرياضية للبنين بالقاهرة، المجلد للمؤتمر، ١٩٩٤م.

٣٦- محمد حسن علاوى: علم النفس الرياضى. الطبعة السابعة، القاهرة، دار المعارف بمصر، ١٩٩١م.

٣٧- محمد كمال اميرى، عصام بدوى: التطور العلمى لمفهوم الرياضة. القاهرة، مكتبة النهضة المصرية، ١٩٩٢م.
٣٨- محمد محمد فضالى: الرياضة للجميع. ندوة الرياضة للجميع، القاهرة، المجلس الأعلى للشباب والرياضة، الإدارة المركزية للبحوث الشبابية والرياضية، سلسلة الندوات العلمية الرياضية، ١٩٩٢م.
٣٩- محمد مزالى: روح دورة الألعاب الأولمبية والتعليم: ترجمة عفاف خليفة، مجلة مستقبل التربية، العدد الرابع، مركز مطبوعات اليونسكو، ١٩٧٩م.
٤٠- محمد مصطفى زيدان: الدوافع والانفعالات. جدة، مكتبة عكاز، ١٩٨٤م.
٤١- مسعد عويس، عبدالرحمن سيار: الميثاق الدولى للتربية البدنية والرياضة. سلسلة الثقافة الرياضية، العدد السابع، يناير ١٩٩٢م، البحرين، المنامة، معهد البحرين الرياضى.
٤٢- منظمة الامم المتحدة للتربية وللعلوم وللثقافة: المؤتمر الثانى للوزراء وكبار المسئولين عن التربية البدنية والرياضة. موسكو، ٢١ ـ ٢٥ نوفمبر ١٩٨٨م.
٤٣- نجم الدين السهرورى: واقع القيادات الرياضية بالوطن العربى. النشرة العربية للاتحاد الدولى للتربية البدنية، عدد مشترك (١٣، ١٤) السنة الرابعة، بدون تاريخ، الرياض، الأمانة العامة للاتحاد الدولى للتربية البدنية.
٤٤- نوربرت ميللر وآخرون: اللعب النظيف للجميع. ترجمة: أمين الخولى. القاهرة، دار الفكر العربى، ١٩٩٤م.

45 - Anciaux, Martine et Autres: Enseigner L'Education Physique et Sportive et Etre Institutrice: la Femme D'aujourd'hui et le Sport. Paris, Editions Amphora.S.A. 1981.

46 - Andrews, John: Développement du Sport pour Tous à Travers le Monde: Progrès et Problème. Fédération Internationale d'Education Physique. (FIEP), Bulletin Volume 61, No 4, 1992.

47 - Anichini, Franco: Le Sport pour tout le Monde et les Implications

Culturelles. (F.I.E.P), Bulletin Volume 55, No2, Juin 1985.

48- Belbenoit Georges: Le Sport à l'Ecole. Belgique, Casterman, 1972.

49 - Belhassan, Lassoued.: La Possible Intégration du Sport pour Tous dans la Vie Socio- Culturelle dans les Pays Arabes. (FIEP),bulletin Volume 55, No l, Mars. 1985.

50 - Bouet, Michel: Signification du Sport. Paris, Edition Universitaires, 1968.

51 - --------------: Les Motivations des Sportifs. Paris, Edition Universitaures, 1969.

52 - Camus, Yves: Ensemble de Raisons devant Inciter les décideurs à Sensibiliser les Personnes Agées à le Pratique des Activités Physiques et Sportives. (FIEP), Bulletin , Volunne 55, No2, Juin 1985.

53 - Chahed Abdelwahab: Pour une Politique Tunisienne de Sport pour Tous. Tunis, Sagep- La Kasbah. 1985.

54 - Dechavanne, N., Paris, B.: Education Physique de L'Adulte. 2ème Edition, Paris, Editions Vigot. 1985.

55 - Fédération Internationale d'Education Physique: Enquête Condition Physique Canada: La Femme et l'Activité Physique. (FIEP), Bulletin Volume 55,Nol, Mars 1985.

56 - --------------: Les Cours d'Exercices sont très Populaires selon l'Enquête Condition Physique Canada. (F..I.E.P). Bulletin Volume 54, No3, Octobre 1984.

57 - Fernand Landry: Organization Patterns Relatives to the Development of Sport for All. (FIEP), Bulletin, Volume 49, No2, 1979.

58- Fournier Gérard: La Gymnastique Volontaire: L'Adulte Face au Loisir Sportif. Paris, les Editions ESF, 1977.

59 - Gagigal,j: Une Education Physique de Base pour une Societé Réellement Sportive. Bulletin (F..I.E.P), 1984.

60 - Gillet, Bernard: Histoire du Sport. 5ème Edition. Imprimerie des Presses Universitaires de France. 1975.

61 - Harichaux, Pierre: Aptitude et Sport Pour Tous: Fédération internationale "Sport Pour Tous". Colloque International: "

Apports Socio- Culturels du Sport Pour Tous dans la Société Moderne et Perspectives de Développement. Monastir (Tunisie) du 21-24 Février, 1985.

62 - -----------: Comment Eviter l´Accident dans le Sport?. Paris. Edition Chiron- Sports, 1985.

63 - Hebbelinck Marcel: Expose sur "La Jeunesse et le Sport" à l´Occasion de l´Année Internationale de la Jeunesse des Nations Unies, (FIEP) Bulletin Volume 55, No 2, Juin, 1985.

64 - Heinila, L.: Comment faire Progresser la Gymmastique Volontaire dans la Société d'Aujourd' hui. Bulletin (F..I.E.P), Mars, 1984.

65 - Heinrich, I., Haedens,F.: Des Sports après Trente Ans. Collection Sports pour Tous, Editions Robert Laffon. 1976.

66 - Houareau, Marie- José: Je Pratique les Gymnastiques Douces: Pour Mieux Etre sans Efforts. Paris, Editions Retz, 1983.

67 - Ibrahim Hilmi: Sport and Society. California, Hwong, Publishing Co, Inc, 1976.

68 - Jeu, Bernard: De la Vraie Nature du Sport. Paris, Editions Vigot, 1985.

69 - Jolibois, Robert: L´ Initiation Sportive de l´Enfance à l´Adolescence. Belgique, Casterman, 1975.

70 - Kumar, M.: Difficultés du Progrés du Sport dans les Pays en Voie de Développement.Bulletin (F..I.E.P), Juin 1982.

71 - Mandel, Christian: A. B. C. du Jeune Sportif. France, Hachette Carrere, 1990.

72 - Mc Donough, Michael: Sport and Sport For All: A Focus on Education, The International Bulletin of Physical Education and Sport,. Volume 62,No 1/2, 1993.

73 - Mcintosh,P.: Fair play. London, Heinemann, 1979.

74 - Messmeur,R., Porte, G.: Guide de la Forme et des Sport. Canada, Librairie Larousse, 1985.

75 - Meunier, J.: la Gymnastique Volontaire à la Lumière des Connaissances Actuelles sur la Motricité. Revue la Gymnastique Volontaire. No 5, Décembre, 1977

76 - Meynaud, Jean: Sport et Politique. Paris, Payot, 1966.

77 - Ostoic,L.: Vers un Sport Pour Tous. Bulletin (F..I.E.P), Décembre, 1982.

78 - Paris, Bernard.: Gymmastique Volontaire et Sport Pour Tous: Contribution à un Réflection. (F..I.E.P), Bulletin Volume 55, No1, Mars 1985. France, imp, de la Violette, 1985.

79 - Pilardeau, Paul: Sport Pour Tous. Collection Santé, Paris, Editions Henri Veyrier, 1982.

80 - Platteaux, A., Bouve, F., Nicolas, J: Vivre à l'Ecole Maternelle: Paris, Librairie Armand Colin, 1977.

81 - Pociello, Christian: Sports et Société. Paris, Vigot, 1983.

82 - Preising, Wulf: les Mass-Média, le Sport et l 'Entente Internationale. (FIEP), Bulletin Volume 55, No 3, Octobre 1985.

83 -Riordan, J.: Sport Sociétique. Paris, Vigot., 1980.

84 - Seiger, Lon., Hesson, James.: Walking For Fitness. Second Edition. Sport and Fitness Series U.S.A, Brown & Benchmark, 1994.

85 - Seurin, Pierre.: Pratiques Sportives et Education Physique. Revue Internationale des Sciences Sociales, Volume 34, No2, U.N.E.S.C.O, 1982.

86 - --------------: Problèmes Fondamentaux de L'Education Physique et du Sport. Paris, Editions de la Violette, 1979.

87 - --------------: L'Education Physique et le Sport dans les Pays du Tiers- Monde. (F.I.E.P), Bulletin Volume 53, No3, Octobre 1983, France, Imp. de la Violette.

88 - Standeven,J., Hardman, K., Fisher, D: Sport For All Into the 90s: Comparative Physical Education and Sport. Volume 7. Germany, 1991.

89 - Syer,J., Connolly,C,: Sporting Body Sporting Mind. Cambridge. Cambridge University press, 1984.

90 - Ulmann Jacques: De la Gymnastique aux Sports Modernes. 3 ème Edition, Paris, J. Vrin, 1977.

91 - UNESCO: Revue Internationale des Sciences Sociales, Volume 34, No 2, 1982.

92 - Wolanska Teresa,: Les Courants Contemporains dans la Science (Sport pour Tous) et leur Application Pratique au Developpement du Programme. (F.I.E.P), Bulletin Volume, 55. No 2, Juin, 1985.